

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO

ENCUENTROS INTERGENERACIONALES VIRTUALES: INTERCAMBIO DE
EXPERIENCIAS ENTRE PERSONAS ADULTAS MAYORES DE LA BIBLIOTECA
MUNICIPAL TULLIO PERLAZA Y ESTUDIANTES DEL COTEPECOS, SABANA SUR

Trabajo final de graduación sometido a la consideración de la Comisión del Programa de
Estudios del Posgrado en Gerontología para optar por el grado y título de Maestría
Profesional en Gerontología

IVANNIA FONSECA CÉSPEDES

Ciudad Universitaria Rodrigo Facio, Costa Rica

2022

DEDICATORIA

Dedico mi trabajo a las personas más importantes de mi vida: mi familia.

A mi esposo, quien en este trabajo en especial ha sido un gran apoyo y motivación para finalizar el proceso. A mi hija, para quien deseo ser siempre un buen ejemplo.

A mi papá y mi mamá, por las oportunidades brindadas, por el apoyo, amor y confianza de siempre. A mis hermanas, hermano y mi sobrina, por estar pendientes. A todos ustedes por ser la mejor red de apoyo.

AGRADECIMIENTOS

A Dios por el don de la vida.

Al Posgrado en Gerontología por la formación recibida.

A mi equipo asesor, especialmente a mi tutora María Dolores, por su acompañamiento, motivación y por supuesto sus aportes al trabajo. También a Noelia e Ismael, les agradezco por su aceptación a ser parte de este trabajo, por sus comentarios siempre constructivos y oportunos. A todos, gracias por disfrutar de la intergeneracionalidad como yo.

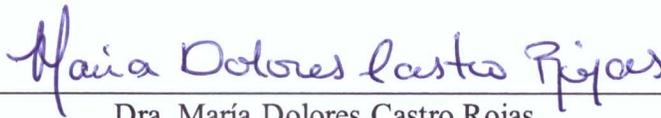
Un agradecimiento muy especial a Tatiana Zúñiga, encargada de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y a Juliana Cruz, orientadora en el COTEPECOS. Gracias a su actitud de colaboración y a la ayuda recibida, el proyecto fue posible.

También de todo corazón un agradecimiento sincero a las personas que participaron en el proyecto, jóvenes y personas mayores, sin ustedes no hubiera sido posible.

Este trabajo de investigación aplicada fue aceptado por la Comisión del Programa de Estudios de Posgrado en Gerontología de la Universidad de Costa Rica, como requisito parcial para optar al grado y título de Maestría Profesional en Gerontología.



Dra. Ivannia Solano Ramírez
**Representante de la Decana
Sistema de Estudios de Posgrado**



Dra. María Dolores Castro Rojas
Profesora Guía



Mag. Noelia Alfaro Vargas
Lectora



M.Sc. Ismael Corrales Camacho
Lector



M.Sc. Jaime José Fernández Chaves
Director del Programa de Posgrado en Gerontología



Ivannia del Carmen Fonseca Céspedes
Sustentante

TABLA DE CONTENIDO

| | |
|--------------------------|------|
| DEDICATORIA | ii |
| AGRADECIMIENTOS | iii |
| HOJA DE APROBACIÓN | iv |
| TABLA DE CONTENIDO | v |
| RESUMEN | viii |
| ABSTRACT | ix |
| LISTA DE TABLAS | x |
| LISTA DE FIGURAS | xi |

CAPITULO I..... 1

Introducción 1

1.1 Antecedentes..... 3

1.1.1 Antecedentes a nivel internacional

 3

1.1.2 Antecedentes a nivel nacional..... 8

1.2 Justificación..... 12

1.3 Planteamiento del problema..... 17

1.3.1 Sub-interrogantes..... 18

1.4 Objetivos..... 18

1.4.1 Objetivo general..... 18

1.4.2 Objetivos específicos..... 18

1.5 Alcances, limitaciones y delimitaciones..... 19

1.5.1 Alcances..... 19

1.5.2 Limitaciones..... 19

1.5.3 Delimitaciones..... 20

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL..... 21

2.1 Etapas del curso de la vida..... 21

2.2 Envejecimiento

 23

2.3 Teorías del envejecimiento..... 25

2.3.1 Teoría de la desvinculación..... 26

2.3.2 Teoría de la continuidad

 26

2.4 Envejecimiento saludable..... 27

| | |
|--|-----------|
| 2.5 Relaciones interpersonales entre personas jóvenes y adultas mayores..... | 29 |
| 2.6 Programas intergeneracionales | 30 |
| 2.7 Uso de la tecnología como mediadora de los programas intergeneracionales | 33 |
| 2.8 Valores..... | 35 |
| CAPITULO III: MARCO CONTEXTUAL..... | 36 |
| 3.1 Biblioteca Municipal Tulio Perlaza Salazar | 36 |
| 3.2 COTEPECOS..... | 37 |
| CAPITULO IV: MARCO METODOLÓGICO | 39 |
| 4.1 Paradigma..... | 39 |
| 4.2 Enfoque..... | 39 |
| 4.3 Método..... | 40 |
| 4.3.1 Fase de diagnóstico | 41 |
| 4.3.2 Fase de diseño..... | 41 |
| 4.3.3 Fase de implementación | 41 |
| 4.5.4 Fase de evaluación | 41 |
| 4.4 Participantes en el estudio..... | 42 |
| 4.5 Descripción de los métodos e instrumentos de recolección de datos | 42 |
| 4.5.1 Métodos e instrumentos: Fase diagnóstica..... | 42 |
| 4.5.2 Métodos e instrumentos: Fase de diseño | 45 |
| 4.5.3 Métodos e instrumentos: Fase de implementación | 48 |
| 4.5.4 Métodos e instrumentos: Fase de evaluación | 51 |
| 4.6 Consideraciones éticas..... | 52 |
| CAPÍTULO V: RECONSTRUCCIÓN DE LA EXPERIENCIA..... | 55 |
| 5.1 Cronograma..... | 55 |
| 5.2 Etapa Diagnóstica..... | 58 |
| a) Categorías de análisis..... | 60 |
| b) Análisis de los resultados..... | 61 |
| 5.3 Etapa de implementación..... | 69 |
| 5.3.1 Descripción de las personas participantes..... | 69 |
| 5.3.2 Diseño instruccional..... | 71 |
| 5.3.3 Descripción de las sesiones..... | 85 |
| 5.4 Las reflexiones de fondo: Descripción y análisis de las categorías..... | 91 |
| 5.4.1 Intercambio de conocimientos..... | 92 |

| | | |
|---|---|------------|
| 5.4.2 | Manejo de herramientas tecnológicas..... | 99 |
| 5.4.3 | Apreciación de la adolescencia y la vejez..... | 102 |
| 5.4.4 | Relación intergeneracional..... | 107 |
| 5.5 | Evaluación del proyecto: análisis de los resultados..... | 110 |
| CAPITULO VI: DESDE LA GERONTOLOGÍA..... | | 115 |
| 6.1 | Psicología y Gerontología | 115 |
| 6.2 | Rol del profesional en Gerontología..... | 116 |
| 6.2.1 | Profesional en Gerontología como investigador(a)..... | 117 |
| 6.2.2 | Profesional en Gerontología como promotor de derechos de las personas adultas mayores | 117 |
| 6.2.3 | Gerontólogo como promotor de la salud integral..... | 118 |
| CAPÍTULO VII: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES | | 120 |
| 7.1 | Conclusiones..... | 120 |
| 7.2 | Recomendaciones..... | 124 |
| Referencias Bibliográficas..... | | 126 |
| ANEXO 1 | | 134 |
| ANEXO 2 | | 139 |
| ANEXO 3 | | 142 |
| ANEXO 4 | | 143 |

RESUMEN

Se han estudiado y comprobado ampliamente los beneficios que generan los programas intergeneracionales en las poblaciones que participan en ellos. A partir de ahí surgió el interés en realizar una investigación de este tipo y se propuso como objetivo general desarrollar un proyecto de encuentros intergeneracionales virtuales con el fin de que personas adultas mayores de la Biblioteca Tulio Perlaza y adolescentes del Colegio Técnico Profesional de Educación Comercial y Servicios (COTEPECOS), tengan la oportunidad de algunos intercambios de experiencias de acuerdo con sus necesidades e intereses.

Esta investigación de enfoque cualitativo se llevó a cabo bajo el método de investigación - acción. Participaron en ella doce personas: seis personas adultas mayores y seis adolescentes de quinto año del COTEPECOS. Se llevaron a cabo cuatro sesiones de prueba, tres con las personas mayores y una con adolescentes, esto como preparación a la fase de implementación, la cual constó de seis sesiones.

Como parte de los resultados se discute la capacidad que tienen las personas adultas mayores para aprender temas relacionados con las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), siempre y cuando estén interesadas en este aprendizaje. También se abordó el tema de los estereotipos y como estos se presentaron en ambas poblaciones e incluso reforzando algunos existentes sobre su propio grupo etario. La subcategoría de aprendizaje fue la que se presentó con mayor frecuencia; las habilidades aprendidas las pueden aplicar en su vida diaria, propiciando mayor independencia en las personas participantes.

También se trabajó la subcategoría de legado, tanto las personas mayores como adolescentes identificaron y reconocieron el legado de otras personas en sus vidas, incluso en algunas tareas que hoy desempeñan. La empatía también fue un elemento presente en esta investigación, ambas generaciones trataron de ponerse en el lugar de la otra, encontraron intereses y necesidades en común, aspectos que conllevan a la solidaridad intergeneracional.

Dentro de las conclusiones más importantes, se rescata la heterogeneidad de ambos grupos etarios, es decir, las distintas maneras de vivenciar la adolescencia y la adultez mayor, las relaciones que surgen de este tipo de encuentros y que están mediadas por el intercambio de conocimientos, la capacidad de aprendizaje que es independiente de la edad y la importancia del acompañamiento en estos procesos de enseñanza-aprendizaje.

Finalmente, con base en los resultados se recomienda crear espacios en las comunidades para que personas adultas mayores y jóvenes puedan intercambiar experiencias y conocimientos, estos espacios deben ser planificados y responder a las necesidades e intereses de ambas poblaciones. También se recomienda acompañar a las personas mayores en el aprendizaje de TIC, para de esta manera combatir la brecha digital.

ABSTRACT

The benefits generated by intergenerational programs in populations that participate in them have been widely studied and proven. From there, interest arose in carrying out an investigation of this type and the general objective was to develop a project of virtual intergenerational meetings so that older adults from the Biblioteca Municipal Tulio Perlaza and adolescents from the Colegio Técnico Profesional de Educación Comercial y Servicios (COTEPECOS), could exchange experiences according to their needs and interests.

This qualitative approach research was carried out under the action research method. Twelve people participated: six older adults and six fifth-year adolescents from COTEPECOS. Four previous sessions were carried out, three with the elderly and one with adolescents, in preparation for the implementation phase, which consisted of six sessions.

As part of the results, the ability of older adults to learn topics related to information and communication technologies (ICT) is discussed, if they are interested in this learning. The issue of stereotypes was also addressed and how they were presented in both populations and even reinforcing some existing ones about their own age group. The learning subcategory was the one that appeared most frequently; skills learned can be applied in their daily lives, promoting greater independence in the participants.

The legacy subcategory was also worked on, both older people and adolescents identified and recognized the legacy of other people in their lives, including some tasks they do today. Empathy was also an element present in this research, both generations tried to put themselves in the other's place, they found common interests and needs, aspects that lead to intergenerational solidarity.

Among the most important conclusions, the heterogeneity of both age groups is rescued, that is the different ways of experiencing adolescence and older adulthood, the relationships that arise from this type of encounter that are mediated by the exchange of knowledge, the learning capacity that is independent of age and the importance of accompaniment in these teaching-learning processes.

Finally, based on the results, it is recommended to create spaces in the communities so that older adults and young people can exchange experiences and knowledge, these spaces must be planned and respond to the needs and interests of both populations. It is also recommended to accompany the elderly in learning ICT, to combat the digital divide.

LISTA DE TABLAS

Índice de Tablas

| | |
|---|-----|
| Tabla 1: Uso del celular en los últimos tres meses: Cuadro comparativo por edad | 15 |
| Tabla 2: Cronograma de actividades del proyecto | 55 |
| Tabla 3: Descripción de las personas adultas mayores | 59 |
| Tabla 4: Descripción de las personas adolescentes | 60 |
| Tabla 5: Definición de las categorías de análisis | 61 |
| Tabla 6: Sesión Virtual 1 | 74 |
| Tabla 7: Sesión Virtual 2 | 76 |
| Tabla 8: Sesión Virtual 3 | 78 |
| Tabla 9: Sesión Virtual 4 | 80 |
| Tabla 10: Sesión Virtual 5 | 82 |
| Tabla 11: Sesión Virtual 6 | 83 |
| Tabla 12: Resultados de las preguntas cerradas de la encuesta de evaluación | 111 |

LISTA DE FIGURAS

| | |
|--|----|
| Figura 1: Mapa con las ubicaciones de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y el COTEPECOS | 38 |
| Figura 2: Categorías y subcategorías de análisis | 92 |



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA

SEP Sistema de
Estudios de Posgrado

Autorización para digitalización y comunicación pública de Trabajos Finales de Graduación del Sistema de Estudios de Posgrado en el Repositorio Institucional de la Universidad de Costa Rica.

Yo, Ivannia Fonseca Céspedes, con cédula de identidad 1-1188-0628, en mi condición de autor del TFG titulado Encuentros intergeneracionales virtuales: Intercambio de experiencias entre personas adultas mayores de la Biblioteca Municipal Tulio Perla y estudiantes del COTEPECOS, Sabana Sur.

Autorizo a la Universidad de Costa Rica para digitalizar y hacer divulgación pública de forma gratuita de dicho TFG a través del Repositorio Institucional u otro medio electrónico, para ser puesto a disposición del público según lo que establezca el Sistema de Estudios de Posgrado. SI NO *

*En caso de la negativa favor indicar el tiempo de restricción: _____ año (s).

Este Trabajo Final de Graduación será publicado en formato PDF, o en el formato que en el momento se establezca, de tal forma que el acceso al mismo sea libre, con el fin de permitir la consulta e impresión, pero no su modificación.

Manifiesto que mi Trabajo Final de Graduación fue debidamente subido al sistema digital Kerwá y su contenido corresponde al documento original que sirvió para la obtención de mi título, y que su información no infringe ni violenta ningún derecho a terceros. El TFG además cuenta con el visto bueno de mi Director (a) de Tesis o Tutor (a) y cumplió con lo establecido en la revisión del Formato por parte del Sistema de Estudios de Posgrado.

FIRMA ESTUDIANTE

Nota: El presente documento constituye una declaración jurada, cuyos alcances aseguran a la Universidad, que su contenido sea tomado como cierto. Su importancia radica en que permite abreviar procedimientos administrativos, y al mismo tiempo genera una responsabilidad legal para que quien declare contrario a la verdad de lo que manifiesta, puede como consecuencia, enfrentar un proceso penal por delito de perjurio, tipificado en el artículo 318 de nuestro Código Penal. Lo anterior implica que el estudiante se vea forzado a realizar su mayor esfuerzo para que no sólo incluya información veraz en la Licencia de Publicación, sino que también realice diligentemente la gestión de subir el documento correcto en la plataforma digital Kerwá.

CAPITULO I

Introducción

Los encuentros intergeneracionales constituyen una estrategia que permite a dos generaciones distintas interactuar e influir en la otra por medio de este intercambio (De la Villa, 2017). Su importancia radica en que genera beneficios para las poblaciones participantes, de modo que se genera por ejemplo empatía hacia la otra generación, relaciones interpersonales solidarias (Alfaro, 2009; Alpizar, 2016) e incluso mayor aceptación hacia la otra persona, como se indica en el apartado de antecedentes.

Para que estos encuentros sean exitosos deben ser planeados y tener objetivos claros, de esta manera la población participante podrá sacar el mayor provecho de la experiencia.

En la presente investigación, se propuso como objetivo general desarrollar un proyecto de encuentros intergeneracionales virtuales, con el fin de que personas adultas mayores que asisten a actividades en la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y estudiantes del Colegio Técnico Profesional de Educación Comercial y de Servicios (COTEPECOS) tuvieran la oportunidad de intercambiar experiencias y desarrollar nuevas habilidades.

Dicho objetivo se alcanzó por medio del paradigma naturalista, con un enfoque cualitativo y utilizando el método de investigación acción. Se plantearon una serie de técnicas e instrumentos que permitieron la recogida de la información, la cual fue analizada utilizando sistematización y análisis de contenido.

Participaron en la investigación personas adultas mayores, de 60 años en adelante, y estudiantes de colegio entre los 17 y 18 años. Las personas adultas mayores, previo a la pandemia, asistían regularmente a talleres que se impartían en la Biblioteca, como quilting y computación. Por su parte, las personas adolescentes cursaban el quinto año en el COTEPECOS al momento que se realizó la implementación.

Se realizó un diagnóstico de necesidades con ambas poblaciones para posteriormente definir en conjunto la intervención de la investigación acción, la cual constó de seis sesiones de trabajo, mismas que fueron analizadas y cuyos resultados fueron compartidos tanto con participantes como con las entidades académicas correspondientes.

Dentro de la propuesta de ejecución se llevaron a cabo talleres intergeneracionales virtuales utilizando las plataformas de WhatsApp y Zoom. La primera se utilizó más a modo informativo, es decir, la investigadora enviaba el enlace de Zoom por este medio y las informaciones más relevantes del proyecto fueron comunicadas desde allí.

Dentro de los hallazgos más importantes, se rescata que existen capacidades personales que pueden descubrirse y explotarse a lo largo de la vida; además, a pesar de la pandemia y el cambio que fue necesario realizar con respecto a la modalidad del proyecto, un aspecto positivo fue que la mayoría de las personas mayores participantes contó con un apoyo en su casa que le ayudó a conectarse a la sesión de Zoom y lo que ello implica: encender la cámara, darle vuelta, conectar el audio, etc.

Una vez finalizado el proyecto de encuentros intergeneracionales, se pretende que se abra y prolongue este espacio de intercambio, tanto en la Biblioteca Municipal como en el COTEPECOS, de manera que se continúen reproduciendo y mejorando estos encuentros.

1.1 Antecedentes

1.1.1 Antecedentes a nivel internacional

El tema de intergeneracionalidad es ya conocido y puesto en práctica en distintas sociedades alrededor del mundo, así lo indica Alpizar (2016), quien además menciona que en Estados Unidos los programas intergeneracionales aparecieron entre 1960-1970, producto de una división geográfica entre personas jóvenes y personas mayores, lo que daba como resultado “percepciones estereotipadas sobre la vejez”. Posteriormente, a partir de 1990 estos programas empiezan a desarrollarse en Europa con un concepto más amplio, ya que se buscaba construir una sociedad para todas las edades. Según indica la autora, es en España y a partir del año 2000 cuando este tipo de programas se vuelven más inclusivos e incluyen el concepto de envejecimiento activo.

A nivel internacional, Gutiérrez y Hernández (2013) realizaron una investigación en España, donde indagaron sobre los beneficios de los programas intergeneracionales desde la perspectiva de las y los profesionales. Las personas participantes trabajaban en instituciones para personas adultas mayores y pertenecían a diferentes disciplinas. Es importante traer a colación este estudio debido al énfasis que pone en los beneficios que generan en la población participante los programas intergeneracionales.

Los objetivos de este estudio fueron conocer el impacto que tienen los programas intergeneracionales en el contexto de la Región de Murcia, e indagar sobre los efectos que tiene la práctica intergeneracional en la población implicada: niños y jóvenes, personas mayores, familias de los participantes y profesionales que participan. El estudio cualitativo se basó en la recogida de datos mediante entrevistas semiestructuradas a 25 profesionales que coordinan programas intergeneracionales en España.

Los investigadores clasificaron sus resultados en cuatro categorías relacionadas con el impacto de los programas intergeneracionales, éstas fueron: el impacto en las personas participantes, el impacto en las familias, el impacto en las y los profesionales y la conexión intergeneracional. Con respecto al impacto en las personas participantes, en relación con las personas mayores, los profesionales afirmaron que la participación en la práctica intergeneracional repercute en su bienestar psicológico, físico y social, además que su

implicación con los(as) niños(as) les llena de vitalidad. Entre los beneficios para los y las jóvenes, los autores afirmaron que les aportaban conocimientos, aprenden del pasado, valorando de manera más positiva otro tipo de actividades. En la categoría de conexión intergeneracional, destacaron que permite unir generaciones incluso más allá del programa.

Los y las profesionales participantes, afirmaron sentirse más motivados(as) a seguir trabajando en este tipo de actividades, esta afirmación resulta inspiradora, invita a trabajar la temática de intergeneracionalidad, porque se observan aspectos muy positivos en todas las personas participantes.

Otro estudio que incluye a profesionales y coordinadores(as) de programas intergeneracionales fue el realizado por Moreno et al. (2018) en la región de Murcia, España. Este trabajo se centró en conocer el estado de los programas intergeneracionales de la región desde el punto de vista de sus participantes. El estudio de carácter cualitativo se desarrolló con niños y niñas (quinto y sexto año de primaria), personas mayores y profesionales. Las técnicas de recolección de datos fueron entrevistas y grupos de discusión.

Dentro de los resultados, llama la atención la motivación de las personas adultas mayores para participar en este tipo de encuentros: la mayoría coincidió en que lo hacían por satisfacción personal, para transmitir conocimiento y para seguir activos y activas. A los y las profesionales les motivaban los beneficios de estos programas o el hecho de que ya los programas estaban implantados anteriormente. En el caso de los niños y las niñas, su motivación fue adquirir valores y nuevos aprendizajes, también afirmaron divertirse con las personas adultas mayores.

En los resultados se destacó el cambio de percepción que hubo en los niños y las niñas participantes con respecto a la imagen que tenían de la vejez. Previo a la implementación de este programa intergeneracional existía un 40% de imagen negativa hacia las personas adultas mayores, al finalizar se consultó nuevamente y sólo un 8% mantenía su percepción negativa.

Otro aspecto muy importante mencionado por Moreno et al. (2018) se relaciona con las necesidades que tienen las personas adultas mayores con respecto a los programas intergeneracionales, ellas quieren más tiempo para poder realizar las actividades que les

gustaría; también enfatizan la necesidad de participación por parte de los centros educativos, así como la falta de promoción y subvención para llevar a cabo estas actividades. Por su parte, las personas profesionales reclaman la carencia de colegas que se dediquen en exclusiva a estas actividades.

Este estudio es muy rico en cuanto a la planeación de un encuentro intergeneracional, dado que brinda un mapa sobre la ruta a seguir, al hablar de los sentimientos que surgieron de las poblaciones participantes, así como las carencias que se perciben de este tipo de programas, el ideal consistiría entonces en tomar esas opiniones para reforzar los aspectos positivos y tratar de no repetir los negativos.

Por otra parte Pérez y Orosa (2014) indicaron que aunque los encuentros intergeneracionales pueden generar beneficios, llegar a éstos no es sencillo y pueden presentarse conflictos. Estas autoras realizaron un estudio en Cuba cuyo objetivo fue describir las características de las relaciones intergeneracionales en una muestra de jóvenes universitarios y de personas adultas mayores estudiantes de una cátedra, trabajaron con un total de 25 participantes con los cuales elaboraron por separado una fase diagnóstica, y posteriormente unieron a las dos generaciones en un taller.

Dentro de los resultados, las autoras rescataron que la investigación les permitió describir los principales temas de conflicto que existen entre jóvenes y personas mayores, indicaron por ejemplo la actitud negativa que existe en las primeras hacia los mayores, aunque no se dio de manera explícita; sí se reflejó en la técnica proyectiva basada en el dibujo colectivo, en el cual las personas jóvenes representaron por medio de su dibujo las distintas generaciones y la relación que existe entre ellas, sin embargo, la generación adulta mayor no fue representada. También mencionaron la diferencia de hábitos y costumbres, por ejemplo en la música, el respeto y normas sociales.

Por parte de las personas adultas mayores, los principales temas concebidos como generadores de conflicto fueron las diferencias en los intereses, la extravagancia de los gustos estéticos de la juventud y la poca escucha y aceptación de la experticia de los mayores.

Desde el trabajo de estas autoras se revelaron dos aspectos muy importantes para la presente investigación, uno desde la parte metodológica: se trabajó con ambas poblaciones por separado previo al encuentro intergeneracional como tal. Por lo tanto, es trascendental un proceso de preparación previa con ambos grupos etarios, para que haya una valoración mutua enfocada tanto en la experiencia de las personas mayores como en el intercambio que entre ambas poblaciones se genere. Un segundo aspecto que se da desde los resultados consiste en que las personas mayores alegan poca escucha, ésta es una de las áreas que se pretende reforzar en las personas jóvenes, para que a partir de la escucha activa sean capaces de valorar la experiencia de los y las mayores.

Delgado-Acosta et al., (2016) también llevaron a cabo una investigación con metodología mixta en España, los autores investigaron la potencialidad de los espacios públicos abiertos para las relaciones intergeneracionales. Indagaron, en primer lugar, las relaciones espontáneas entre jóvenes y mayores en dos espacios públicos del centro de la ciudad de Santa Cruz de Tenerife; en segundo lugar, se examinaron los factores que contribuirían a impulsar la interacción entre ambos grupos de edad.

Este estudio se consideró relevante dado que se utilizaron espacios públicos para propiciar encuentros intergeneracionales. Cuando este proyecto se planteó inicialmente, se pretendía realizarlo en la Biblioteca Municipal y aprovechar también el parque que está frente a la biblioteca. Sin embargo, debido a la pandemia se modificó y se pasó de una metodología presencial a una virtual.

Una limitación presentada por los autores de esta investigación fue que no se programaron para estos espacios estrategias intergeneracionales ni proyectos comunitarios, por lo tanto, no se pudo valorar su idoneidad como lugares de encuentro entre las generaciones. El hecho de que no se haya preparado ninguna actividad que fomentara la interacción intergeneracional, limitó la forma en que ambas generaciones se relacionaron. De hecho, los autores concluyen que no se llevaron a cabo relaciones intergeneracionales de forma espontánea, sino que predominó la indiferencia mutua.

Surge a modo de sugerencia por parte de los autores, que las administraciones de estos espacios partan del hecho de que los espacios públicos son lugares de inclusión e intercambio, por lo cual deben favorecer actividades que incluyan a las distintas

generaciones. En síntesis, que haya un mayor involucramiento por parte de los distintos actores sociales, de manera que se favorezca la relación intergeneracional por medio de acciones concretas que promuevan “una sociedad para todas las edades”.

Otros autores que coinciden con la postura de que los programas intergeneracionales deben ser planificados son Canedo-García et al. (2018), ellos investigaron la promoción del vínculo intergeneracional a través de medios digitales, evaluando un total de 46 programas intergeneracionales y hacen la aclaración: reunir a diferentes grupos etarios no es suficiente para crear un programa exitoso, se requiere de planificación de las actividades y los métodos, de manera que se logre captar la atención de todas las personas participantes.

A modo general, Canedo-García et al. (2018) indican que lo que proponen en su mayoría los programas intergeneracionales evaluados es un intercambio de experiencias, así como la búsqueda de una vejez activa y una población joven que tenga una conciencia más amplia del ciclo vital. Un aspecto interesante y que coincide con esta investigación, es que cuando se trata del uso de tecnología, se apoyan en jóvenes para enseñar a las personas adultas mayores (PAM). También hablan de la inclusión digital como un medio para establecer nuevos vínculos afectivos.

Entre las recomendaciones mencionan que se creen espacios incluyentes para todas las edades, haciendo referencia a los espacios físicos, es decir, que se planifiquen los programas intergeneracionales desde todas las dimensiones, por ejemplo el contexto social, que sean espacios participativos y voluntarios y además flexibles.

Por esta razón, es de suma importancia diseñar con anticipación los encuentros intergeneracionales. Así se hizo en esta investigación, y cabe recalcar que la planificación se realizó acorde con los intereses manifestados por las poblaciones participantes durante la etapa diagnóstica.

También se parte del momento histórico que se vive en la actualidad: un momento de pandemia a nivel mundial, en el cual además se presenta como población en alto riesgo de desarrollar síntomas graves por COVID-19 ante el virus SARS-CoV-2 a las personas adultas mayores. Por esta razón, se decide prescindir de la presencialidad tal y como se había propuesto la intervención inicialmente, y hacer uso de medios digitales tales como las

aplicaciones WhatsApp y Zoom para llevar a cabo este proyecto. De esta manera, se llevaron a cabo seis sesiones sincrónicas vía Zoom y se formó un grupo de WhatsApp con todas las personas participantes, por medio del cual se organizaron las fechas de reunión, las horas, y también se utilizó para enviar los videos que se observaron en la sesión 1.

1.1.2 Antecedentes a nivel nacional

Costa Rica no es ajena al tema de intergeneracionalidad. Según indica Alpizar (2016) en nuestro país se han llevado a cabo varios estudios, entre ellos el proyecto “Generación Dorada”, adscrito al Programa de Atención Integral de la Persona Adulta Mayor (PAIPAM) de la Universidad Nacional. La autora señala que esta fue una de las primeras experiencias en torno al tema intergeneracional en Costa Rica; inició como tendencia a finales del año 1999 y se mantuvo vigente durante una década. Este puede considerarse un trabajo pionero de la temática intergeneracional en el contexto costarricense.

El estudio consistió en un acercamiento entre personas mayores y personas más jóvenes de diversos grupos etarios: jóvenes, niños, niñas y personas adultas. Dentro de sus resultados, la autora rescató el aprendizaje para todas las generaciones involucradas, y afirma que en un inicio las personas jóvenes tenían la idea de que el aporte surgido iba a salir de ellos, pero se dieron cuenta de que las personas adultas mayores tenían también mucho por dar y además poseían las capacidades para hacerlo.

PAIPAM también realizó otro proyecto intergeneracional que presentó más recientemente en el V Congreso Iberoamericano sobre ambiente y sustentabilidad, el cual se denomina “Aprendizajes intergeneracionales para la sustentabilidad ambiental en un programa para mayores en Costa Rica”. En este trabajo León et al. (2019) definen el aprendizaje intergeneracional como un espacio en el cual personas de diferentes grupos etarios aprenden unas de las otras, y mencionan que este tipo de educación propicia la solidaridad intergeneracional. Al igual que en la presente investigación, el aprendizaje ocurre de manera bidireccional.

El trabajo de estos autores es muy interesante ya que enlaza el aspecto intergeneracional con el desarrollo sostenible, hay un fin común: el bienestar de todas las generaciones. La

metodología que se utilizó para lograr aprendizaje intergeneracional para la sustentabilidad ambiental estuvo basada en giras, talleres, cursos y encuentros entre otros.

Las actividades que se realizaron fueron por ejemplo unir a grupos de niños y PAM para realizar juegos colaborativos, de manera que pudieran interactuar y conocerse, así como compartir experiencias. También hubo un grupo de adolescentes del Colegio Humanístico de la UNA, quienes mediados por un grupo de profesionales de la universidad, estuvieron a cargo de guiar y explicar una gira ambiental que llevó a cabo un grupo de PAM a la sede regional de la UNA en Sarapiquí, esta actividad permitió diálogo intergeneracional y el intercambio de opiniones sobre el ambiente.

Dentro de las conclusiones, se rescata cómo los programas para mayores pueden también incluir a generaciones más jóvenes y de esta manera aprendan unas de las otras, además de realizar acciones que propicien la sustentabilidad ambiental. También se menciona el tema de las políticas públicas, la necesidad que existe de que sean más inclusivas y brinden más visibilidad y protagonismo a las PAM, así como también que se respeten sus derechos.

Otro estudio que promovió los encuentros intergeneracionales en nuestro país y que fue realizado también en el contexto de la Maestría Profesional en Gerontología, fue llevado a cabo por Alfaro (2009). El objetivo general fue fomentar espacios de encuentros intergeneracionales que promovieran y facilitaran relaciones interpersonales solidarias, de ayuda mutua, entre personas adultas mayores de un centro diurno y estudiantes de noveno año de un colegio, ambos en Los Lagos de Heredia. La metodología empleada por la autora fue el enfoque cualitativo, y la intervención se basó en la investigación-acción. Para los encuentros intergeneracionales, la investigadora realizó talleres y dinámicas grupales.

Dentro de los resultados más relevantes, destacó el hecho de que las personas adultas mayores y jóvenes comparten algunas necesidades y carencias. En el caso de las personas adultas mayores, la autora señaló necesidades como compañía, amor, respeto, ocupación y mantener relaciones interpersonales, así como la ausencia de planes para su futuro, mientras que los adolescentes consideran dentro de sus necesidades más cariño, apoyo, comunicación, aceptación, confianza y espacios para compartir con su familia. Este aspecto conduce a que ambas generaciones tengan cierto grado de afinidad, reconociendo en la otra necesidades propias que a la vez son básicas para la existencia humana, a partir de esta

identificación podría pensarse que a futuro habrá una mayor empatía para con la otra generación.

Este estudio fomenta el deseo de facilitar otros espacios en el contexto nacional, donde los encuentros intergeneracionales puedan llevarse a cabo, dado que se hace énfasis en los beneficios que este tipo de interacción trae para ambas partes. En el caso particular de la presente investigación, se propició un espacio para que las poblaciones participantes comuniquen sus experiencias y tengan una visión positiva sobre el proceso de envejecimiento.

Fuera del área de la Gerontología, se realizó también una investigación de carácter intergeneracional, esta fue llevada a cabo por Láscarez y Vargas (2016) y tuvo como objetivo proponer un programa de actividades intergeneracionales que involucren al adulto mayor, para las Bibliotecas Públicas oficiales y semioficiales pertenecientes al Sistema Nacional de Bibliotecas (SINABI).

Dentro de los resultados más relevantes se rescatan varios aspectos. El primero, es que la mayoría de las jefaturas de las bibliotecas tienen conocimiento sobre en qué consiste un programa intergeneracional y lo reconocen como un tema importante que mejora la calidad de vida de las personas mayores, siendo las provincias de la Gran Área Metropolitana (GAM) las que más realizan actividades intergeneracionales según este estudio.

A pesar de que en la discusión de los resultados resalta el dato que se mencionó anteriormente, en las conclusiones indican las autoras que no se evidencia el trabajo intergeneracional a nivel de sistema, es decir, aunque hay actividades para los distintos grupos etarios (juegos de mesa, actividades artísticas, deportivas y culturales, de socialización y fomento de la lectura, entre otras), cada grupo trabaja por separado.

Otra conclusión que se menciona es que con el aumento del envejecimiento de la población, también aumentan los mitos y estereotipos con respecto a las PAM, y que esto a su vez puede afectar su desempeño en las distintas áreas. Con esta conclusión es preciso reiterar que los programas intergeneracionales podrían contribuir en gran medida al derribamiento de los mitos y estereotipos, que en muchas ocasiones son producto del desconocimiento de la etapa de adultez mayor por parte de otros grupos etarios.

Los distintos trabajos hicieron referencia a los encuentros intergeneracionales, sus aportes o beneficios para las personas participantes y el enriquecimiento que estos programas brindaron a sus participantes. También develaron posibles limitaciones, como por ejemplo poner mayor énfasis en las diferencias que se pueden presentar antes que en los puntos en común, o bien, que los encuentros intergeneracionales no se planifiquen o no se ejecuten como tal, lo que desembocaría en una falta de interacción entre las personas participantes.

Queda claro que dichos programas consisten en un intercambio de experiencias, y que al propiciar que dos generaciones distintas se unan, el concepto que cada una tiene sobre la otra puede variar de forma positiva. Esa fue en gran medida una de las finalidades de esta investigación, así como el propiciar un espacio para que intercambien sus experiencias y puedan enseñar y aprender habilidades diferentes a las que las personas participantes están acostumbradas.

1.2 Justificación

A nivel mundial existen datos sobre el envejecimiento de la población, Pinazo y Sánchez, (2005) afirman: “Está claro que estamos asistiendo al envejecimiento de la población y al envejecimiento progresivo del ser humano como especie y como individuo, al alcanzar expectativas de vida nunca antes conocidas” (p.19). Nuestro país no es la excepción, los distintos avances en el campo de la medicina tanto en el ámbito nacional como internacional colaboran para que cada vez la expectativa de vida sea mayor. Para el 2017, según datos publicados por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC) de Costa Rica, se esperaba que los hombres vivieran 18,7 años más después de los 65, mientras que las mujeres 21,2 años más (INEC, 2017).

En este sentido, el aumento en la esperanza de vida, se refleja en el crecimiento de la población adulta mayor. Para julio de 2005 el INEC reportó que en Costa Rica había un total de 380.572 personas mayores de 60 años, mientras que para el mismo mes del año 2016 se pasa a 752.846. En 11 años prácticamente se ha duplicado la cantidad de este grupo etario y se espera que la tendencia de aumento continúe (INEC 2005, 2017b).

Caso contrario es lo que sucede con la población adolescente. Según datos del INEC (2011) en el año 2011 había un total de 426.482 adolescentes entre 15 y 19 años. La proyección de este mismo grupo etario para el 2025 es de 379.519, es decir, habrá una disminución, y se proyecta que continúe disminuyendo. Esto se debe a la reducción en el ritmo de crecimiento de la población costarricense (INEC, 2014).

Por lo tanto, con un aumento de la población de 65 años y más, aunado a una disminución en la natalidad, es preciso que el país se prepare con estrategias para brindar la atención necesaria a una población que cada vez estará más envejecida. Sin duda, una de las acciones que se pueden tomar en cuenta es la implementación de programas intergeneracionales, ya que están relacionadas con el envejecimiento saludable, además de que como se ha mencionado en los antecedentes, colaboran a que la sociedad sea más inclusiva.

En el contexto nacional los programas intergeneracionales son parte del compromiso multisectorial que deben asumir las instituciones públicas. Así lo establece la Estrategia Nacional para un Envejecimiento Saludable (Ministerio de Salud, 2018), documento en el

que se considera como una acción estratégica el desarrollo de actividades intergeneracionales, con el fin de promover la solidaridad y el desarrollo mutuo, ambos elementos considerados clave para el desarrollo social.

Ante este panorama, es necesario que las distintas instancias, gubernamentales y de la sociedad civil, se preparen para dar cabida y atención adecuada a este creciente grupo poblacional, esto en lugar de excluirlo como se hace hoy en día en muchos lugares, producto de procesos como la cosificación como lo refiere Hidalgo (1998) “La cosificación que acontece, entonces, hace de la persona mayor de 60 años un individuo “decrépito”, un “estorbo” y un estado del ser indeseable y poco atractivo para generaciones de menor edad” (parr.7).

Esta afirmación tan fuerte y negativa es una de las razones que motivan a la autora de esta investigación a llevar a cabo un trabajo intergeneracional, dado que desea que las personas jóvenes participantes en la intervención tengan una visión positiva sobre las personas mayores, al mismo tiempo que puedan realizar un intercambio y también revisar si hay alguna percepción negativa por parte de las PAM hacia las personas adolescentes que podría cambiar como producto de la intervención. Este sería sólo uno de los beneficios que pueden resultar de dichos encuentros.

Este cambio de perspectiva puede surgir como producto del diálogo propio de los programas intergeneracionales, además, se promueve una extensión de las redes sociales tanto de las personas jóvenes como de las mayores así como la solidaridad social (Moreno et al., 2018).

Por su parte, Murayama et al., (2015) apunta otro beneficio muy importante de los programas intergeneracionales al afirmar que pueden servir como promotores de salud en las personas adultas mayores, al disminuir el riesgo de aislamiento social y soledad. Este es un punto clave, que las personas mayores no se vean excluidas y tengan la oportunidad de participar en su comunidad de manera activa, en este caso, como expositores de sus áreas de expertiz.

Pinazo (2012) apunta otro aspecto muy importante de la participación de las personas mayores en su comunidad y específicamente en programas intergeneracionales, es la generatividad, entendida como el interés que existe por parte de estas personas por guiar de

alguna manera, o bien asegurar el bienestar de las generaciones siguientes. De este modo, no solo se evitan aspectos como la soledad o el aislamiento social, sino que también se promueve la posibilidad de dejar un legado a las generaciones jóvenes.

La oportunidad de promover encuentros intergeneracionales sin lugar a duda, propicia un intercambio de conocimientos, de tal manera que no solo las personas adultas mayores pueden dejar un legado, sino que también las jóvenes. Las nuevas generaciones también pueden dejar una marca por medio de sus enseñanzas e incluso formas de ver la vida.

Es importante rescatar un resumen de resultados obtenidos por los programas intergeneracionales llevado a cabo por Pinazo (2012). Dentro de ellos se encuentran una mejora de la comprensión mutua, amistad, disfrute y confianza. Todos estos son aspectos positivos compartidos por la población que participó en un programa intergeneracional.

Posteriormente, la autora destaca resultados específicos para cada población. Por ejemplo, las personas mayores tuvieron un menor aislamiento y mejoraron su salud y bienestar. Por su parte la población joven vio mejoras en su autoestima y habilidades. Al igual que Murayama et al. (2015), se destaca la disminución del riesgo de aislamiento social, también hay coincidencia en el tema de comprensión mutua con el estudio de (Alfaro, 2009).

Todos estos aspectos fueron motivaciones para llevar a cabo el proyecto de encuentros intergeneracionales, dado que en general los resultados que se presentan a raíz de estas intervenciones son muy positivos.

Pero llevar a cabo esta investigación representó también un reto, en primer lugar, porque partiendo del estudio de Delgado-Acosta et al. (2016) a los jóvenes e incluso a las personas mayores, no les surge el interés de relacionarse entre sí, no de forma voluntaria y espontánea y probablemente no con personas fuera de su círculo familiar. Por esta razón, los encuentros que de aquí surjan serán intencionados.

También la situación de pandemia actual que se vive a nivel mundial representó un reto, dado que la consigna a nivel país al momento de la implementación fue procurar el distanciamiento físico, sobre todo cuando se trata de personas adultas mayores. Para la fecha de inicio e implementación (setiembre – octubre de 2020), en el país hubo cierres que afectaban a cantones y distritos con alerta naranja. Mata Redonda pertenece al cantón de

San José, por lo que se encontraba en alerta naranja y no se permitía el funcionamiento de establecimientos con permisos sanitarios que atiendan al público salvo la lista de excepciones.

Es por esta razón que se proponen los encuentros intergeneracionales con una metodología virtual, utilizando como plataforma base WhatsApp, una de las más conocidas por las personas mayores, y Zoom para tener sesiones sincrónicas. De esta manera, se eliminó el riesgo de exposición al virus al implementar este proyecto.

Estas aplicaciones se pueden utilizar desde el celular, razón por la cual cabe recalcar un dato producto de la Encuesta Nacional de Hogares del INEC (2020) referido específicamente al uso del celular en los últimos tres meses. En este reporte, se refleja que a mayor edad, cada vez es más frecuente el no uso del celular, tal y como puede observarse en la siguiente tabla, sin embargo, el celular es el dispositivo TIC al que más personas tienen acceso según esta misma encuesta.

Tabla 1

Uso del celular en los últimos tres meses: Cuadro comparativo por edad

| Edad | ¿Usó el celular en los últimos tres meses | |
|------|---|--------|
| | No | Sí |
| 17 | 2 948 | 78 561 |
| 60 | 4 696 | 60 095 |
| 70 | 8 879 | 29 451 |
| 80 | 11 061 | 9 631 |
| 90 | 2 864 | 1 092 |

Fuente: Elaboración propia

Como puede observarse, en el grupo de personas de 17 años, el porcentaje que no utilizó el celular en los últimos tres meses es de 3,6%, en las personas de 60 años el 7,2%, en las personas de 70 el 23,1%, las de 80 el 53,4% y en las de 90 el 73,3%. Si bien es cierto, este

es solo un aspecto del uso de la tecnología, los números mostraron que las PAM de mayor edad no utilizaron celulares. En el estudio no se ahondó en las causas.

Más allá de las posibles barreras que eventualmente surgieron con respecto al uso de las aplicaciones y la pandemia, lo más importante fue centrarse en los beneficios de estos programas en las poblaciones participantes, que de forma general De la Villa (2017) los plantea a dos niveles de desarrollo: social e individual. Se rescata del nivel individual el valor añadido de cada generación y la potenciación de relaciones de apoyo a la vecindad. En el nivel social, es importante romper el aislamiento generacional y facilitar oportunidades de participación social a todas las edades. Sin duda alguna, la presente investigación aporta en ambos niveles.

Finalmente, también es preciso mencionar que este trabajo es pertinente en la medida que coincide con la Estrategia Nacional para un Envejecimiento Saludable (Ministerio de Salud, 2018) al promover los programas intergeneracionales, además de los múltiples beneficios de estos programas, también contribuye con la promoción de una sociedad más solidaria y comprensiva.

1.3 Planteamiento del problema

Como bien lo afirma De la Villa (2017) sobre el tema de envejecimiento, en la actualidad se plantean nuevos retos desde una perspectiva psicosociológica, relacionados con el estudio del desarrollo, que debe superar los estereotipos y prejuicios asociados a la edad y validados social y culturalmente, tales como el deterioro biológico y psicológico que equiparan la vejez con un estado deficitario, legitimando así la desigualdad social.

Con el fin de ir más allá de esos estereotipos, se propuso como eje central de esta investigación los encuentros intergeneracionales, los cuales no sólo ayudan a trascender los prejuicios asignados a la edad, sino que están relacionados con mejoras en la salud al combatir el aislamiento, así como el desarrollo del sentido de generatividad, es decir, que las personas adultas mayores se sientan útiles (Murayama et al., 2015) y contribuyan al bien común de los entornos de los cuales forman parte (Mendoza-Núñez et al., 2018); en este proyecto específicamente contribuyeron a la formación de personas jóvenes, y por qué no, al establecimiento de un proyecto al cual se le puede dar continuidad.

Por otra parte, se procuró que las personas adultas mayores tuvieran la oportunidad de interactuar con generaciones más jóvenes, con la intención de transmitir sus experiencias y conocimiento. A su vez, se esperaba que las personas adolescentes participantes estuvieran en la capacidad de escucharlos empáticamente y además tuvieran disposición tanto de aprender como de enseñar, para que tal y como lo menciona Alpizar (2016, p.45) estos espacios lleguen a constituirse en “instrumentos para fortalecer relaciones solidarias entre los participantes”.

Partiendo de estas premisas, se proponen las siguientes preguntas de investigación:

¿Cómo promover relaciones intergeneracionales en modalidad virtual entre un grupo de adolescentes del COTEPECOS y adultas mayores que asisten a la Biblioteca Tulio Perlaza, con el fin de propiciar un intercambio de experiencias?

1.3.1 Sub-interrogantes

De la anterior pregunta de investigación, se derivan las siguientes sub-interrogantes:

- ¿Cuáles son las necesidades de las poblaciones juvenil y adulta mayor para que participen en un encuentro intergeneracional que sea relevante y significativo?
- ¿Cómo diseñar un programa de encuentros intergeneracionales entre adolescentes de décimo y undécimo año del COTEPECOS y personas adultas mayores que asisten a la Biblioteca Tulio Perlaza que responda a las necesidades identificadas?
- ¿Cómo implementar un programa de encuentros intergeneracionales en la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza?
- ¿Cuáles son los resultados de la implementación de encuentros intergeneracionales con las poblaciones involucradas?

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Desarrollar un proyecto de encuentros intergeneracionales virtuales con el fin de que personas adultas mayores de la Biblioteca Tulio Perlaza y adolescentes del COTEPECOS tengan la oportunidad de algunos intercambios de experiencias de acuerdo con sus necesidades e intereses.

1.4.2 Objetivos específicos

- Identificar las necesidades de la población adolescente y las personas adultas mayores para su participación en un encuentro intergeneracional.
- Diseñar en conjunto con las personas adultas mayores y adolescentes un proyecto de encuentros intergeneracionales en la modalidad virtual.
- Implementar un proyecto de encuentros intergeneracionales en modalidad virtual con la población adulta mayor de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y estudiantes de undécimo año del COTEPECOS.
- Evaluar la experiencia de los encuentros intergeneracionales virtuales en las poblaciones involucradas.

1.5 Alcances, limitaciones y delimitaciones

1.5.1 Alcances

Las personas participantes en el trabajo pueden recibir múltiples beneficios. En el caso de las personas adultas mayores, pueden sentirse útiles, tomadas en cuenta y satisfechas al tener la oportunidad de transmitir sus experiencias y conocimientos, ampliar sus redes sociales y formar parte activa de la sociedad al combatir el aislamiento. Las personas más jóvenes, además de verse beneficiadas con el conocimiento que se les va a compartir, también podrán dejar atrás posibles estereotipos y así valorar y ser más empáticos con los mayores, poner en práctica la solidaridad intergeneracional y descubrir que tienen muchos sentimientos en común, lo cual a su vez desemboca en un sentimiento de comprensión mutua entre las generaciones.

El aporte que los encuentros intergeneracionales realizan a la Gerontología se orienta en el sentido de mejorar la calidad de vida de las personas mayores participantes al propiciar que se sientan más útiles, además tienen la oportunidad de transmitir su legado, y en las personas jóvenes, a tener un acercamiento más íntimo a la etapa de la vejez, lo que a su vez les permitirá reflexionar en su propia etapa de adultez mayor, identificarse con la forma en que desean vivirla. También se promueve el envejecimiento saludable, la generatividad, la participación social y en general el bienestar emocional.

1.5.2 Limitaciones

Dentro de este apartado puede considerarse algún problema comunicacional como una limitación, esto ya que al tratarse de generaciones distintas podría haber alguna dificultad de entendimiento entre las personas que participen. Otra posible limitación es el surgimiento de algún imprevisto que impida o interrumpa la participación de alguna de las personas en los encuentros programados, tal y como sucedió, ya que al inicio participaron seis mujeres adultas mayores en el diagnóstico, de las cuales solo permanecieron dos por varias razones: en dos casos debían cuidar de un familiar que había enfermado, y en los otros dos casos no les interesaba participar de manera virtual.

Otra limitación ha sido la aparición de la pandemia por COVID-19 y todas las medidas que se toman en nuestro país al respecto que a su vez afectan la ejecución de esta investigación, ya que los centros educativos están cerrados y las personas adultas mayores, en la medida de lo posible, deben practicar el distanciamiento físico. Esto impidió que el proyecto pudiera llevarse a cabo de manera presencial, como se había planteado inicialmente. Al ser implementado en la modalidad virtual, se enfrentan nuevas limitaciones, como el manejo de aplicaciones tecnológicas, o incluso la conexión a internet. En el caso de una adulta mayor participante, su participación fue intermitente debido a su inestable conexión a internet.

La enfermedad también estuvo presente, no solo en los familiares de las adultas mayores que se mencionó anteriormente, sino también en dos participantes más, una persona joven, quien admitió no estar participando al cien por ciento en una de las sesiones debido a que había tomado medicamentos muy fuertes y no se sentía bien, y una persona adulta mayor, quien estuvo hospitalizada, razón por la cual se aplazó el inicio de la intervención.

1.5.3 Delimitaciones

Los participantes en la investigación fueron personas adultas mayores, con edades de los 60 años en adelante, que tengan disponibilidad para participar en los encuentros intergeneracionales, así como deseo de transmitir su conocimiento y experiencia a personas más jóvenes.

También participaron personas adolescentes del COTEPECOS, entre los 17 y 18 años. De igual manera deberán tener disponibilidad para participar en los encuentros, así como también deseos de aprender e interactuar con las personas mayores y transmitir su conocimiento, especialmente en las aplicaciones de WhatsApp y Zoom.

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL

Conocer las distintas temáticas que se van a trabajar, así como el constructo teórico que las respalda es de gran utilidad, ya que permite confrontar los resultados de la intervención con las definiciones teóricas, y así reforzar o refutar dichos constructos. De esto se trata el marco teórico y conceptual.

A continuación, se presentan los conceptos teóricos más relevantes para este trabajo, partiendo del ciclo vital y las etapas con las que se trabajó.

2.1 Etapas del curso de la vida

Es importante recalcar que, para efectos de esta investigación, se trabajó con adolescentes y personas adultas mayores, es por esta razón que se hace énfasis en estas dos etapas del ciclo vital.

Se inicia con la etapa de la adolescencia, la cual según Krauskopf (1999) se divide en tres fases: temprana, media y final. Los participantes pueden pertenecer a cualquiera de las tres. La fase temprana, indica la autora, inicia a los 10 y finaliza a los 13 años y se caracteriza por una preocupación por lo físico y lo emocional. Algunas características de esta fase pueden ser fluctuaciones en el estado de ánimo, las relaciones grupales se dan más con personas del mismo sexo, hay ambivalencia con respecto a la exploración y el abandono de la dependencia, entre otras.

La segunda fase se da entre los 14 y 16 años, se define por una preocupación por la afirmación personal social y algunas de sus características son diferenciación del grupo familiar, interés por nuevas actividades, exploración de capacidades personales, y las relaciones interpersonales se dan más con grupos heterosexuales. La última fase se produce entre los 17 y los 19 años, se da una mayor preocupación por lo social, así como una reestructuración de las relaciones familiares, los grupos se definen de acuerdo con afinidades en lo laboral, educativo o comunitario y hay capacidad de autocuidado y cuidado mutuo (Krauskopf, 1999).

Características como el interés por nuevas actividades, exploración de capacidades personales y la preocupación por lo social son muy importantes en esta investigación, dado

que le permiten al o la adolescente interactuar con las personas mayores, en primera instancia respondiendo a un interés personal y además con la capacidad de cuidarse y preocuparse mutuamente entre las poblaciones.

Hay un punto muy importante que es característico de la juventud actual, este es su interés por la tecnología en general. Al respecto Fernández y Gutiérrez (2017) indican que las personas jóvenes construyen sus valores, actitudes y preferencias a partir de su entorno digital, es decir, la socialización juvenil está altamente influenciada por la tecnología, de manera que se produce en gran medida por medio de plataformas de redes sociales tales como WhatsApp, Facebook, Instagram, entre otras.

En el estudio realizado por estos autores, se identificó también que los discursos de las personas jóvenes son muy heterogéneos incluso con el tema de la tecnología, ya que hubo quienes afirmaban que no eran necesarios productos informáticos para poder relacionarse con otras personas.

Sin embargo, no cabe duda de que el uso de la tecnología es un rasgo casi intrínseco de las personas adolescentes, ya que facilita aspectos básicos como la socialización, e incluso puede utilizarse como medio para la realización de tareas académicas. Por esta razón, la incorporación de la tecnología en esta investigación se considera fundamental, además de necesaria por la crisis pandémica por el Covid-19 que se vive en la actualidad.

En el extremo final del ciclo vital, se encuentra la etapa de la vejez. Como bien lo indican Kail y Cavanaugh (2011), esta etapa “está determinada por una combinación de factores genéticos y ambientales” (p.514), por tanto, el envejecimiento manifestado en la adultez mayor puede ser visto o descrito desde diferentes áreas, dentro de estas la biológica. Schaie y Willis (2003) nombran algunos de los cambios del envejecimiento biológico que según ellos se igualan al deterioro biológico: “piel rugosa, pelo canoso, músculos flácidos, mirada caída” (p.408). A pesar de estos cambios biológicos, y continuando con los autores, es preciso mencionar también lo siguiente:

Los datos longitudinales sugieren que las deficiencias fisiológicas son minoritarias hasta la edad de los 60 años, y una vez más es importante señalar que los patrones individuales de cambio fisiológico a lo largo de la vida adulta también varían mucho. (p.408)

La población adulta mayor es heterogénea debido a su diversidad y a la multiplicidad de factores que pueden influir de manera positiva o negativa la forma en que se envejece. Esta realidad se conoció hasta no hace mucho, dado que como afirman Lombardo y Krzemien, (2008) “la vejez era un objeto poco menos que invisible para las ciencias humanas y sociales hasta mediados del siglo pasado” (p.118).

Con el inicio del estudio de la vejez en las ciencias sociales, la concepción de esta etapa trasciende a una concepción integral, pasa además a ser uno de los pilares de la psicología del curso de la vida. Al respecto, Lombardo y Krzemien (2008) afirman:

El estudio de las reales capacidades intelectuales en la vejez y la postura crítica frente al modelo decremental resultan un buen ejemplo del interés renovado en esta etapa de la vida y de un cambio en la perspectiva del desarrollo. (p.118)

Es decir, se pasa de la comprensión de la vejez como una época llena de pérdidas y aspectos negativos, a percibirla como una etapa más del ciclo vital caracterizada por capacidades intelectuales y también sociales.

Algunas de las teorías del envejecimiento, sobre todo las propuestas en las últimas décadas corresponden con esta visión más positiva de la vejez, ya que no se centran solo en las pérdidas, sino que también visibilizan por ejemplo la actividad, generatividad y una etapa que también puede ser saludable en todos los sentidos. Esta visión positiva permite sin duda que se puedan llevar a cabo las relaciones interpersonales entre generaciones distintas como se llevaron a cabo en este trabajo. Se amplía a continuación el tema de envejecimiento.

2.2 Envejecimiento

Desde distintas disciplinas se ha tratado de abordar el tema del envejecimiento, aportando cada una de ellas importantes conocimientos y teorías propias sobre esta etapa del ciclo vital. También existen diversos autores que han trabajado esta temática (Freund y Baltes, 1998; Villar y Serrat, 2015; la OMS, 2015; entre muchos otros).

Antes de presentar la definición que se ha elegido para esta investigación, es preciso rescatar algunos aspectos fundamentales sobre el envejecimiento que expone Fernández-Ballesteros (2001); la primera de ellas es que el envejecimiento de la población es el resultado del éxito de los avances científicos, sociales y médicos, y debido al crecimiento de este grupo etario, también se convierte en un reto la adecuada atención del mismo. Otro aspecto que rescata la autora es que este crecimiento, a pesar de ser universal, no sucede de manera homogénea en las distintas sociedades, es decir, hay sociedades ricas con muchas personas adultas mayores, pero también las hay pobres, por lo que no es lo mismo envejecer en contextos tan diferentes.

En relación con esta idea, mencionan Uribe y Dulcey (2002, pp. 19-20) “las formas de envejecer son tantas como individuos existen”. No hay una sola forma de envejecer. Y como mencionan las autoras posteriormente, en la actualidad (quizá más que nunca) tanto el factor biológico como el sociocultural son cada vez más cambiantes.

Ahora bien, se parte de estas premisas para considerar la siguiente definición como afín con los objetivos de la investigación:

El envejecimiento es una construcción social afirman Alvarado y Salazar (2014) tras realizar un análisis de este concepto; agregan además que es un fenómeno variable, el cual está influido por distintos factores relacionados con el contexto histórico, social y genético del desarrollo humano y en el que además interfieren también los afectos, los sentimientos y las relaciones sociales.

De acuerdo con esta definición, el envejecimiento, como parte del ciclo vital, será definido de distintas maneras dependiendo del contexto, del momento histórico y de muchos otros factores que interfieren en las vivencias de cada persona. De esta manera, algunas personas lo definirán basadas en sus dolencias o en su historial médico, mientras que otras se basarán en los momentos más felices o en la sabiduría que han adquirido a lo largo del tiempo.

Asociado al envejecimiento se encuentra el término de gerotranscendencia el cual fue propuesto por Tornstam (1989) y plantea un cambio en la meta perspectiva que puede incluir un sentimiento de comunión cósmica con el universo, una redefinición de la percepción de la vida y la muerte, una disminución del egocentrismo y algo muy importante para esta

investigación, un mayor sentimiento de afinidad con el pasado y con las futuras generaciones.

Esta teoría está relacionada con el legado, lo que significó para las PAM enseñar a generaciones más jóvenes dejando de lado sus propios asuntos para dedicar un espacio de tiempo a las actividades que formaron parte de este proyecto, y así, transmitir parte de sus conocimientos.

Otro aspecto importante de esta teoría y que también fue mencionado por Tornstam (2011) fue que con la gerotranscendencia hay más coherencia y satisfacción con la vida, se trasciende según indica el autor, el sentimiento de aislamiento para pasar a concebirse parte del flujo de generaciones, utiliza una metáfora en donde se indica que lo importante no es el eslabón, sino la cadena en sí, y esa cadena la forman todas las generaciones. Se rescata acá el valor de todas las personas, en este proyecto, cada participante fue una pieza clave para que se pudiera llevar a cabo así como para alcanzar los objetivos.

Como se ha venido mostrando, actualmente, existen diferentes teorías que intentan explicar este proceso tomando en cuenta los distintos factores que intervienen en el mismo, algunas lo hacen desde lo biológico, otras desde lo psicológico o desde lo social, entre otras. Se presentan a continuación dos teorías del envejecimiento que se relacionan con este trabajo.

2.3 Teorías del envejecimiento

Como se indicó anteriormente, existen diversas teorías del envejecimiento las cuales se basan en distintas posturas teóricas.

A continuación, se presentan dos de ellas. La primera, tiene una connotación que podría considerarse negativa, se toma en cuenta dado que por medio de los encuentros intergeneracionales se podría combatir lo que se indica desde la teoría de la desvinculación, es decir, en lugar de desvinculación, se promueve la integración de las personas mayores.

Posteriormente, la teoría de la continuidad habla sobre el proceso de envejecimiento de manera más positiva, razón por la cual se tomó en cuenta en la presente investigación.

2.3.1 Teoría de la desvinculación

Propuesta por Cumming y Henry en 1961, la teoría de la desvinculación indica que al envejecer se da un desentendimiento mutuo entre la persona que envejece y quienes le rodean, de tal forma que la persona envejeciente va disminuyendo poco a poco su participación en actividades sociales, por tanto también sus interacciones y la frecuencia de estas (Robledo 2016).

Es por esta razón que la teoría recibe este nombre, ya que propone que la persona mayor cada vez más se desvincula de su entorno social para centrarse en su vida interior. Según lo indica Robledo (2016) la desvinculación no sucede en un solo sentido, sino que es bidireccional: la persona mayor se desvincula de la sociedad al mismo tiempo que la sociedad se desvincula de quien envejece.

Esta teoría ha sido ampliamente debatida. Inicialmente, surgió como contraargumento la teoría de la actividad propuesta por Havighurst (1961), quien afirma que las personas mayores se mantienen activas tanto como puedan, la edad no es un factor limitante en esta teoría.

En esta misma línea está también Carstensen et al. (2003) quien por medio de diversos estudios afirma que las PAM no solo están satisfechas con sus redes sociales, sino que participan activamente en ellas. Esta autora indica además que si bien es cierto las redes sociales de las PAM son más pequeñas, esto no se debe a que deseen desvincularse, sino más bien a que estas se van disminuyendo con el paso del tiempo: sus personas cercanas son menos en cantidad, pero son significativas y cercanas.

2.3.2 Teoría de la continuidad

Esta teoría hace alusión a su nombre, se trata de dar continuidad a la vida cuando se pasa de la adultez a la adultez mayor. Fue propuesta por Atchley (1989) y una de las premisas centrales es que las personas adultas mayores toman decisiones adaptativas que les permite preservar y mantener estructuras internas y externas existentes, es decir, realizan adaptaciones de tal manera que puedan afrontar cambios asociados con el envejecimiento normativo.

Cabe hacer hincapié en este término que introduce Atchley (1989) en su teoría: el envejecimiento normativo. Según el autor, se trata de patrones normales del envejecimiento humano, los cuales pueden diferir de una cultura a otra. Este tipo de envejecimiento es diferente del patológico, dado que en el normativo hay ausencia de enfermedad física o mental.

No hay una única manera de envejecer. Hay personas mayores que envejecen de forma patológica, pero también están aquellas que lo hacen sin padecer enfermedades crónicas o incapacitantes, quienes son independientes y se convierten en un gran apoyo para sus familiares y quienes se mantienen activas.

Atchley (1989) integra el concepto de envejecimiento normativo con su teoría de la continuidad, afirma que los resultados positivos del envejecimiento normativo son producto de las estrategias de continuidad, para adaptarse a los cambios asociados con el envejecimiento que utilizan las personas mayores.

Tal y como lo propone el autor, se podría decir que el envejecimiento normativo es producto de las diversas adaptaciones que realizan las personas mayores para continuar formando parte de su entorno y seguir ejerciendo sus tareas de la misma manera en que lo hacían en años previos.

Esto se puede lograr si la persona mayor se mantiene activa, también si se practica una habilidad o dicho de otra forma se estimulan las capacidades cognitivas (Atchley, 1989). Con respecto a las capacidades intelectuales en la adultez mayor, característica que será tomada en cuenta en la presente investigación por medio del aprendizaje de nuevas habilidades, es que se desea desarrollar el trabajo tomando en consideración el término de envejecimiento saludable.

2.4 Envejecimiento saludable

El término de envejecimiento saludable fue propuesto por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015, p.30) y se define como: “el proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez”.

Tal y como lo indica la OMS (2015), de esta definición se derivan los conceptos de capacidad funcional y bienestar. Con respecto a la capacidad funcional, esta comprende cualidades de salud que le permiten a la persona mayor hacer lo que es importante para ella, se subdivide en capacidad intrínseca (combinación de las capacidades físicas y mentales), entorno (el contexto en el que se desenvuelve la persona) e interacciones entre la persona y dichas características. El término bienestar es entendido en un sentido amplio, dado que se incluye asuntos como la felicidad, la satisfacción y la plena realización.

Se considera el envejecimiento saludable en esta investigación dado que es un proceso que comienza al nacer con lo que se denomina herencia genética, pero que se puede ver alterado por las exposiciones al entorno y por los hábitos durante el curso de vida (OMS, 2015). De esta manera, todas aquellas vivencias anteriores a la etapa de la vejez, así como las características del entorno en el que se ha desenvuelto, han moldeado de alguna manera a la persona adulta mayor.

Otro concepto que se utiliza en el envejecimiento saludable es el de resiliencia. Este modelo concibe la resiliencia como “la capacidad de mantener o mejorar el nivel de capacidad funcional frente a la adversidad” (OMS, 2015, p.32). Esta característica ayuda a las personas adultas mayores a afrontar sus problemas de una mejor manera, a buscar soluciones de forma positiva y por tanto a seguir adelante a pesar de las dificultades o pérdidas que se puedan presentar.

En el caso de la investigación, se busca que las personas adultas mayores tengan la oportunidad de presentarse ante la comunidad como entes activos y puedan ejecutar su potencial, ya sea físico, social o mental, en conjunto con adolescentes, de tal forma que las personas menores valoren ese potencial y experiencia, intercambien experiencias, amplíen sus redes sociales, al tiempo que ambas generaciones desarrollen empatía y se profundice en el respeto que todas las personas merecen.

La relevancia que adquiere el involucramiento de personas jóvenes con personas adultas mayores, se centra no sólo en el cambio de visión que pueden tener sobre la vejez niños, niñas y adolescentes, sino en la importancia de educar para la vida, es decir, en traer a la consciencia que la adultez mayor es una etapa esperable del proceso de desarrollo de las personas, que se forja durante todo el ciclo vital y por tanto, el hecho de trabajar para que cada uno llegue a dicha etapa de forma saludable pueda convertirse en un objetivo de vida.

También se busca fomentar que las personas mayores desarrollen empatía por las personas más jóvenes, desestimen estereotipos negativos y puedan trabajar de manera conjunta en la construcción de oportunidades de desarrollo para todas las edades. Por esta razón se consideró importante incluir también el tema de las relaciones interpersonales entre estos dos grupos etarios.

2.5 Relaciones interpersonales entre personas jóvenes y adultas mayores

Somos seres sociales, por tanto es importante relacionarse con las otras personas. Además, “la cantidad y calidad de las relaciones que tenemos en nuestro día a día tiene un fuerte impacto en nuestra salud tanto física como psicológica” (Celdrán y Serrat, 2019). Las relaciones interpersonales permiten a las personas estrechar vínculos, o en ocasiones por falta de afinidad, se propicia el alejamiento de aquellas con quienes no se considera tener puntos en común. Cuando se trata de la interacción entre personas jóvenes y adultas mayores puede haber una serie de mitos y estereotipos que dificultan esta relación.

Aguayo y Nass (2013) mencionan una serie de estereotipos negativos que tienen jóvenes con respecto a las personas adultas mayores, entre ellos que son sexualmente inactivos, que tienen una mala calidad de vida emocional (es decir, que la vejez es una etapa infeliz), que hay fealdad, pérdida de vitalidad física y que socialmente son inactivos. Estas autoras indican que también hubo algunos estereotipos positivos, dirigidos en su mayoría a las mujeres, a quienes reconocían como abuelas amorosas o personas muy sociables.

También es preciso traer a colación nuevamente a Pérez y Orosa (2014) quienes afirmaban que por parte de las personas adultas mayores hacia los y las jóvenes había diferencias en

los intereses, criticaban la extravagancia de los gustos estéticos de la juventud y la poca escucha y aceptación de la experticia de los mayores.

En esta misma línea Celdrán y Triadó (2019) citan algunas diferencias en la díada abuelos – nietos, por ejemplo, que la persona mayor de la díada tiene una percepción más positiva de la relación interpersonal, el abuelo o la abuela ha invertido tiempo y se interesa más en estar implicado en la vida de su nieto, mientras que para el nieto que se encuentra en su etapa de adolescencia o adultez joven, la relación no es tan importante, dado que buscan un distanciamiento familiar.

Estas diferencias no se ven reflejadas en todos los vínculos de PAM y personas jóvenes. Continuando con las autoras Celdrán y Triadó (2019), ellas mencionan cómo es la relación entre abuelos y nietos en etapa de adolescencia, indican que aunque se reporta menor contacto o realización de actividades en conjunto, los nietos buscan a sus abuelos cuando están en conflicto con la generación intermedia, y para ellos siguen siendo una figura de apego.

Cuando existen estereotipos que median entre las generaciones, establecer relaciones interpersonales se puede ver de alguna forma afectado. Por esta razón, se proponen los encuentros intergeneracionales como una forma de propiciar una interacción sana entre las generaciones, en la cual se visualicen los puntos en común y los aspectos positivos de cada generación.

2.6 Programas intergeneracionales

Es importante iniciar este apartado definiendo lo que se va a entender como encuentros intergeneracionales. Según el Consorcio Internacional para los Programas Intergeneracionales (citado por De la Villa, 2017) se define este tipo de programas como: “un medio para el intercambio concreto y continuado de recursos y aprendizajes entre las generaciones mayores y las más jóvenes con el fin de conseguir beneficios individuales y sociales” (p.6). Se adopta esta definición debido a que describe parte de los objetivos que desean alcanzarse, así como los beneficios que de los encuentros intergeneracionales pueden surgir.

Por su parte, Ventura-Merkel y Lidoff (citados por Pinazo y Sánchez, 2005) brindan la siguiente definición de programas intergeneracionales: “Actividades o programas que incrementan la cooperación, la interacción y el intercambio entre personas de diferentes generaciones. Implican compartir habilidades, conocimientos y experiencias entre jóvenes y mayores” (p.394).

Esta definición encierra asuntos que son tomados en cuenta en este trabajo, uno de ellos compartir habilidades, ya que se espera que tanto las personas mayores como las adolescentes puedan cooperar en el intercambio de habilidades y experiencias, con el fin de que cada generación se enriquezca a partir del intercambio con la otra.

Newman (citado por Sánchez et al. 2007) también trabaja con programas intergeneracionales, este autor indica que se trata de juntar a jóvenes y mayores para que compartan experiencias y se beneficien mutuamente. Según indica el autor, estos programas están diseñados para que personas mayores y jóvenes que no poseen lazos biológicos interactúen y a partir de esta interacción se promuevan lazos afectivos entre las distintas generaciones, lo que a su vez promueve el bienestar de las personas participantes.

Como puede observarse, los programas intergeneracionales producen beneficios en sus participantes, dentro de ellos el bienestar y el establecimiento de nuevas relaciones interpersonales con personas de una generación diferente. Estas nuevas relaciones se caracterizan por ser libres de prejuicios y estereotipos, además de tolerantes según lo indican Sánchez et al. (2007).

Otros beneficios son mencionados por Pinazo y Sánchez (2005), por ejemplo, el caso específico de Japón se ha demostrado que los programas intergeneracionales tienen capacidad para ofrecer a las PAM funciones productivas, también para combatir el edadismo y fomentar la comprensión intergeneracional entre otros. Todos estos, aspectos que sin duda contribuyen con la construcción de una mejor sociedad.

Estos autores indican que los programas intergeneracionales no constituyen ninguna panacea, sin embargo, en la medida que respondan a las necesidades de las personas participantes y además se ejecuten de manera adecuada, beneficios como los citados anteriormente se pueden alcanzar.

Para conseguir los mejores resultados Pinazo y Sánchez (2005) proponen un esquema de diseño de un programa intergeneracional según McCrea, Weissmann y Thorpe-Brown (2004). Estos autores proponen un esquema de seis fases:

1. Planificación del programa: incluye actividades como identificar las necesidades de jóvenes y personas adultas mayores, identificar los grupos participantes y realizar una lista de actividades apropiadas para que el programa alcance los objetivos.
2. Reclutamiento de los participantes: de este punto se rescata el identificar organizaciones que puedan aportar participantes, así como anticipar obstáculos que se pueden presentar con respecto al reclutamiento de los participantes.
3. Orientación y formación de los participantes: concreción de la fase de formación del programa, determinar la duración y calendarizar. El diagnóstico se realizaría en esta fase.
4. Mantenimiento del programa: establecer una comunicación entre el programa y la comunidad en la que se inserta, en este caso sería comunicación entre la Biblioteca y el COTEPECOS. Planear actividades permanentes para mantener esta comunicación.
5. Evaluación del programa: identificar a las personas responsables de llevar a cabo la evaluación y definir el tipo de instrumentos que se van a utilizar para este fin.
6. Financiación del programa: en este punto lo que se debe definir es el posible costo tanto de la puesta en marcha como del mantenimiento del programa.

Además de tomar en cuenta estos factores para el diseño, también se considera pertinente agregar un componente característico de programas intergeneracionales que mejor funcionan según Newman y Sánchez (2007): el programa debe responder a necesidades reales que existen en el lugar donde se realiza. Es por esta razón que se realizó un diagnóstico tanto con la población mayor como con la adolescente, y a partir de dicho diagnóstico se propuso la intervención.

El uso de la tecnología fue parte también de dicho diagnóstico. Como se mencionó anteriormente, el uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) es un aspecto relevante para las generaciones más jóvenes (Fernández y Gutiérrez, 2017), esto aunado al contexto de emergencia sanitaria por la pandemia por Covid-19, hizo necesario recurrir a este recurso como parte fundamental de la investigación en encuentros intergeneracionales.

2.7 Uso de la tecnología como mediadora de los programas intergeneracionales

El uso de la tecnología en las distintas áreas de la vida es cada vez más común, desde por ejemplo el uso de aparatos electrónicos y tecnológicos en los hogares, hasta en las industrias, transportes, educación, solo por mencionar algunos campos.

En la búsqueda de intercambio de conocimientos y experiencias que se propone en este proyecto intergeneracional, y debido a la serie de restricciones propias de la época pandémica, fue necesario recurrir al uso de las TIC para poder realizar la ejecución de la propuesta.

Para la incorporación de las TIC en los encuentros intergeneracionales, se parte de la afirmación brindada por Castro-Rojas (2018) de que las PAM tienen disposición y capacidad de incluir las TIC en su vida diaria, siempre y cuando cuenten con oportunidades de aprendizaje adecuadas para el uso de TIC y dicho uso responda a sus necesidades e intereses. Una vez entendido esto, podemos introducir brevemente las formas en que la tecnología está presente en la vida de las PAM.

Al respecto, Hernández (2015) señala que hay organizaciones trabajando en la producción y comercialización de artículos dirigidos específicamente hacia la población mayor. De estas, la más atinente a este trabajo, son aquellas relacionadas con la conectividad y la comunicación, en la medida que facilitan la interacción con otras personas.

Dentro de las tecnologías que facilitan esta comunicación, se encuentran las dos que se utilizaron en el proyecto, WhatsApp que es actualmente muy utilizada por las PAM, se trata de una aplicación de mensajería que requiere conexión a internet y permite envío de clips de audio, imágenes y videos; y Zoom, que tuvo un gran auge desde los inicios de la pandemia debido a las restricciones de reuniones presenciales, esta plataforma permite la realización de reuniones sincrónicas de manera virtual, también permite hacer exposiciones, grabar la sesión e interactuar por medio de un chat.

Un aspecto muy importante con respecto al uso de las TIC mencionado por Castro-Rojas et al. (2018) es que su aprendizaje se basa en intereses personales, a la vez que es motivado por la interacción social. El interés de participar en este proyecto permite y motiva el

aprendizaje en las PAM. Por su parte, ambas aplicaciones resultaban más familiares para las personas adolescentes, ya que es parte de su cotidianidad en el colegio: tenían grupos de WhatsApp con docentes y también algunas de sus clases virtuales las tenían por medio de Zoom, así lo expresaron cuando se les consultó por el uso de estas herramientas.

Continuando con Castro Rojas et al. (2018), las PAM se benefician del uso de las TIC, por ejemplo, pueden formar nuevas amistades, acceder a información de interés, realizar prácticas de entrenamiento cognitivo, y por supuesto, participar en actividades de aprendizaje como es el caso de este proyecto, ya que por medio de las herramientas tecnológicas pudieron aprender más sobre el uso de las mismas, y también les permitió enseñar algunas de las habilidades que ellas dominan.

Continuando con los autores, también se hablaba de oportunidades para aplicar las habilidades aprendidas en la vida diaria. Por medio del proyecto, las personas jóvenes adquirieron habilidades en distintas áreas que bien pueden aplicar en su vida diaria, tales como una receta de cocina, e indirectamente se aprendió sobre el uso de un horno de cocina de gas, así como habilidades básicas de costura: ruedos y pegar un botón. En el caso de las PAM, las habilidades también las aplicaron, ya que se practicó y se les enseñó a organizar su propia reunión virtual por medio de Zoom, así como compartir pantalla y mostrar lo que ellas desean. Esto facilita su interacción con otras personas y les da más confianza para participar en actividades que se lleven a cabo en esta plataforma, lo cual resulta mucho más relevante dadas las restricciones sanitarias asociadas al Covid 19.

Bajo estas premisas del interés de las PAM por aprender a utilizar la tecnología, y también de las personas jóvenes por enseñarla, aunado a lo que ya se ha mencionado sobre la circunstancia de pandemia por Covid 19 y las restricciones que esta acarrea, es que los encuentros intergeneracionales se llevaron a cabo por medios virtuales, respetando las necesidades de las poblaciones participantes, sus motivaciones, y por supuesto el ritmo de aprendizaje de cada persona.

2.8 Valores

Por medio de los programas intergeneracionales, no solo se transmite conocimiento y habilidades, hay un componente implícito que surgió y que también se transmite, se trata de los valores, entendidos como los principios por los cuales es regida una persona. Tienen que ver con las actitudes de las personas y lo que es importante para ellas.

Al respecto, Newman y Sánchez (2007) indican tras analizar y evaluar programas intergeneracionales, que en ocasiones encontraron que las personas mayores enseñaban valores por medio de cuentos, al tiempo que actuaban como modelos de comportamiento para las personas jóvenes. Incluso mencionan el Programa de intercambio cultural, el cual se desarrolló en Valladolid, Castilla y León (España); en este programa participaron jóvenes universitarios y personas mayores, y tenía entre sus objetivos la transmisión de conocimientos, experiencias y valores por medio de la intergeneracionalidad.

Es decir, los valores son un aspecto fundamental, no solo para las personas adultas mayores, sino para los programas intergeneracionales en general, dado que son una parte muy importante, y que está presente en algunos casos de manera implícita, en otros explícita.

Por otra parte, retomando el concepto de generatividad mencionado anteriormente por Pinazo (2012) se hace referencia a la forma en que las personas mayores ayudan a otras, dentro de esas formas se encuentra el ser abuelos y abuelas, y en este rol existe un interés especial por perpetuar tanto conocimientos como valores tales como la confianza, la solidaridad y la reciprocidad a las futuras generaciones.

La autora (Pinazo, 2012) indica que abuelos y abuelas son modelos de rol: sus nietos copian de ellos valores y actitudes ante distintas circunstancias de la vida. De esta manera, las PAM son transmisoras de códigos morales y normas sociales, reproducen y transmiten cultura e historia, así como también ayudan a prevenir y reducir prejuicios en torno a la edad.

A pesar de que en el caso del presente trabajo se trata de encuentros intergeneracionales fuera del ámbito familiar, estas actitudes sobre lo que es importante para las personas mayores y desean transmitir a sus nietos y nietas, se podrían ver reflejadas en la forma en que interactúan con las personas jóvenes, procurando para ellas una mejor sociedad y sobre todo fundando sus relaciones interpersonales en un marco de valores.

CAPITULO III: MARCO CONTEXTUAL

3.1 Biblioteca Municipal Tulio Perlaza Salazar

Este trabajo de investigación se llevó a cabo de manera virtual, con personas adultas mayores que participan en distintos cursos que se ofrecen en la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza. Se eligió esta institución de manera intencional, basada en los criterios de accesibilidad y disponibilidad tanto del personal que labora en el lugar como de las personas adultas mayores que participan en el mismo.

Tal y como consta en la página web del Sistema de información cultural Costa Rica, la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza Salazar fue fundada el 12 de marzo de 1988 y forma parte de la sección de cultura de la Municipalidad de San José. El objetivo principal de esta biblioteca es brindar servicios informativos, dinámicos, atractivos y tecnológicos, que estimulen el gusto por la lectura y que reafirmen los valores éticos y sociales. De esta forma se contribuye con desarrollo integral de las personas usuarias.

La biblioteca se encuentra localizada en la provincia y cantón de San José, en el distrito de Mata Redonda. Frente a la biblioteca se encuentra el parque con el mismo nombre, este parque cuenta con un área verde y también una parte cementada justo al frente de la biblioteca. Inicialmente se planeaba utilizar estos espacios, sin embargo, debido a la pandemia hubo que cambiar la metodología a virtual.

La biblioteca atiende a niños y niñas de la misma comunidad y algunos precarios aledaños. Se encuentra ubicada en el Distrito de Mata Redonda, Sabana Sur; de la Iglesia Perpetuo Socorro 100 metros al oeste y 50 metros norte. Ocupa un área de 170 metros cuadrados, con una capacidad para atender 80 niños y niñas.

Según los indicadores demográficos para el cantón de San José del año 2010, el Distrito de Mata Redonda contaba con una población de 7637 habitantes, de los cuales un 16,7% es población adulta mayor. Esto lo convierte en el segundo distrito del cantón central con mayor cantidad de población mayor (Departamento de Observatorio Municipal, 2011).

3.2 COTEPECOS

Según la información facilitada por una de las orientadoras de la institución, la señora Juliana Cruz Sibaja (en entrevista el día jueves 5 de marzo de 2020), el Colegio Técnico Profesional de Educación Comercial y Servicios es una institución perteneciente al Ministerio de Educación Pública. Este colegio fue fundado en 1979, pero fue a partir de 1974 que la Licda. Hilda Calvo inició el proyecto para la creación de un Instituto Femenino el cual llevaría el mismo nombre, “Instituto Femenino”. En 1978 bajo la dirección del Lic. Rafael Hernández y con una matrícula inicial de 105 estudiantes, se dio la oportunidad de que estudiaran hombres en la institución, dando apertura a las especialidades de Secretariado Comercial y Contabilidad.

Actualmente se imparten especialidades tales como Banca y Finanzas, Contabilidad y Auditoría, Contabilidad y Finanzas, Secretariado Ejecutivo, Ejecutivo para Centros de Servicios, Informática en Desarrollo de Software y Salud Ocupacional (<http://www.cotepecos.co.cr/index.html>).

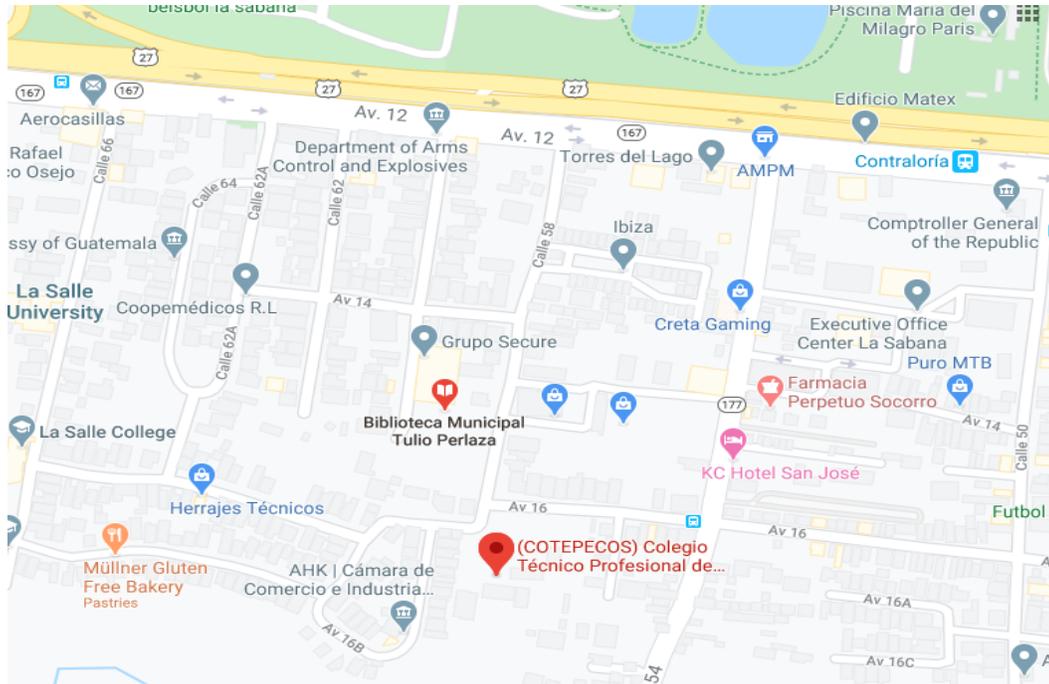
El COTEPECOS se encuentra ubicado en la provincia y cantón de San José, en el distrito de Mata Redonda, a unos 150 m. al sur de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza. Para el año 2020, esta institución contaba con un total de 501 estudiantes.

La coordinación para la participación de los estudiantes se hizo por medio de la orientadora que se mencionó anteriormente, quien seleccionó a los seis estudiantes participantes a conveniencia. Es por medio de ella que se contacta a las personas, así como también se coordinan las fechas según la disponibilidad y de tal forma que no se interfiera con los objetivos educativos de los estudiantes.

En la siguiente imagen se puede observar la ubicación tanto del colegio como de la biblioteca.

Figura 1:

Mapa con las ubicaciones de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y el COTEPECOS.



Fuente: <https://goo.gl/maps/26Ye5ctH95U43jSY6>

CAPITULO IV: MARCO METODOLÓGICO

En este capítulo se exponen los distintos aspectos metodológicos de la investigación, desde el paradigma, el enfoque y el método hasta la delimitación de las personas participantes y las diferentes técnicas e instrumentos que se utilizaron para la recolección y análisis de los datos.

4.1 Paradigma

El paradigma que se utilizó en la investigación es el naturalista. Valdes (1999) define el paradigma naturalista como aquel que estudia el comportamiento del ser humano “tal como ocurre naturalmente, en ambientes naturales y dentro de su contexto total” (p.3). La elección de este paradigma se da porque se considera el más adecuado al trabajar con las personas sin que ellas sean sometidas a ambientes extraños. Durante esta investigación tanto las personas mayores como las adolescentes compartirán algo que ya es de su conocimiento con el otro grupo etario utilizando la plataforma de Zoom.

4.2 Enfoque

En correspondencia con dicho paradigma, el enfoque de investigación es cualitativo. Schenke y Pérez (2018) mencionan con respecto a este enfoque que: “la investigación cualitativa se interesa por la vida de las personas, por sus subjetividades, por sus historias, por sus experiencias, por sus interacciones, por sus acciones y por sus sentidos” (p.229). El objetivo de este tipo de investigación, como bien lo afirman las autoras, es comprender los contextos y los procesos que le dan origen a todos esos sentires que ellas mencionan.

Es así como desde la investigación cualitativa, no se estudia a las personas aisladas, sino que su contexto también es una parte vital para comprender la forma en que interactúan con otras personas. En este caso específico, interesa observar e interpretar cómo personas de distintas generaciones se interrelacionan, cómo son capaces de transmitir conocimiento y también tener la disposición para aprender lo que en conjunto se va a trabajar en el contexto social y de interacción que impuso la pandemia por Covid-19.

Otro rasgo importante de la investigación cualitativa mencionado por Schenke y Pérez, (2018) es la flexibilidad, dado que la persona investigadora en ocasiones debe volver al campo, además de revisar constantemente sus notas, y tener una actitud abierta y creativa, dado que pueden surgir eventos inesperados que podrían cambiar el curso de la investigación como fue el caso: fue necesario replantear las actividades que se llevaron a cabo, así como también la localización de la investigación, cada persona participó desde su casa.

4.3 Método

Se utilizó como método la investigación-acción, propuesta inicialmente por Kurt Lewin en el año 1946. Sobre esta metodología, Sandoval (2002) afirma que funciona como una base de acción para lograr un cambio social y político, así como para el progreso hacia la igualdad y la democracia. Indica también el autor que la investigación acción estimula el saber popular. Estas acciones coinciden con lo que se pretende lograr en la investigación, por un lado, se puede alcanzar un cambio social con respecto a la forma en que personas adolescentes conciben la etapa de la vejez y las personas mayores la adolescencia, la idea es que cualquiera que sea su percepción, puedan transformar mitos, estereotipos y prejuicios en representaciones más positivas de las diferentes etapas de la vida.

Por otro lado, con respecto a la estimulación del saber popular mencionada por el autor, por medio de los encuentros intergeneracionales las personas adultas mayores y jóvenes tuvieron la oportunidad de exponer parte de su conocimiento, que en algunos casos se trató de un conocimiento popular, es decir, aquel que han adquirido a través de sus experiencias de vida.

Las acciones realizadas por medio de este método de investigación pueden sin duda conducir a una sociedad más igualitaria, dado que, en conjunto con la población participante, se construye conocimiento que posteriormente se puede aplicar al diario vivir, esto ayuda a derribar algunas brechas intergeneracionales específicamente.

Según Hernández, Fernández, y Baptista (2014) las fases esenciales del método de investigación-acción son: “observar (construir un bosquejo del problema y recolectar datos), pensar (analizar e interpretar) y actuar (resolver problemáticas e implementar mejoras), las

cuales se dan de manera cíclica, una y otra vez, hasta que todo es resuelto” (p. 467). A partir de esta propuesta, a continuación, se desglosan las fases incluidas para este trabajo:

4.3.1 Fase de diagnóstico

Esta fase responde al primer objetivo de la investigación: identificar las necesidades de la población juvenil y las personas adultas mayores para participar en un encuentro intergeneracional. Para esto se ahondó sobre la percepción de las personas adultas mayores, sus deseos de transmitir conocimiento y de dejar un legado a otras personas más jóvenes de la comunidad, así como también con adolescentes y sus intereses al interactuar con la población adulta mayor.

4.3.2 Fase de diseño

Esta fase se realiza con el objetivo de diseñar en conjunto con las personas adultas mayores y adolescentes un programa de encuentros intergeneracionales. De esta manera, a partir de los resultados obtenidos en la fase diagnóstica, se procede a la elaboración de un proyecto intergeneracional que cubra las necesidades visualizadas.

4.3.3 Fase de implementación

Esta fase responde al objetivo de implementar un proyecto de encuentros intergeneracionales con población adulta mayor de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y estudiantes de undécimo año del COTEPECOS.

En otras palabras, esta fase corresponde a la ejecución del proyecto en sí mismo. Para dicha implementación se utilizarán las técnicas y recursos que se describen a continuación.

4.5.4 Fase de evaluación

Esta fase corresponde al objetivo de evaluar la experiencia de los encuentros intergeneracionales en las poblaciones participantes. Es decir, este proceso se llevará a cabo una vez que haya concluido el proyecto de los encuentros intergeneracionales.

4.4 Participantes en el estudio

Con respecto a las personas participantes de esta investigación, en total participaron 12 personas de las cuales seis fueron mujeres mayores, entre los 62 y los 76 años. Se toma en cuenta la edad de 60 años como adultez mayor basándose en la definición dada por la Convención Interamericana para la protección de los derechos humanos de las personas mayores (OEA Organización de Estados Americanos, 2015), aprobada en Costa Rica desde el año 2016. Por su parte, las personas adolescentes tenían en promedio 17 años, fueron 4 hombres y dos mujeres.

Las personas mayores además estuvieron de acuerdo con la idea de intercambiar parte de sus conocimientos y experiencias con personas más jóvenes y afirmaron tener tiempo disponible para hacerlo. Estas personas participan activamente en las distintas actividades que se llevan a cabo en la Biblioteca Tulio Perlaza.

Por su parte, las personas adolescentes son estudiantes del COTEPECOS y viven en diferentes puntos de la GAM, por ejemplo Desamparados, Tibás, Ciudad Colón y Alajuelita. De igual manera contaron con tiempo para participar, así como tuvieron la disposición de interactuar de manera respetuosa con las personas mayores.

4.5 Descripción de los métodos e instrumentos de recolección de datos

Se presentan a continuación los instrumentos de recolección de datos según se utilizaron en cada fase correspondiente a la investigación-acción.

4.5.1 Métodos e instrumentos: Fase diagnóstica

Antes de iniciar con la fase diagnóstica, es preciso mencionar que se leyeron junto con la población participante los documentos de Consentimiento Informado (Anexo 1) y

Asentimiento Informado (Anexo 2). Una vez finalizada la lectura se procedió con la firma de aquellas personas que estuvieron de acuerdo en participar en el estudio.

Al tratarse de dos grupos distintos, los encuentros para aplicar la técnica diagnóstica se llevaron a cabo en diferentes momentos. Primero se coordinó con el grupo de la Biblioteca Municipal, la fase diagnóstica con este grupo se llevó a cabo el 25 de noviembre de 2019. Dado que el periodo lectivo estaba prácticamente finalizado, la fase diagnóstica con los y las estudiantes de COTEPECOS se llevó a cabo hasta el siguiente año, específicamente el 6 de marzo de 2020, días antes de que se diera el cierre de las instituciones a causa de la pandemia.

La fase diagnóstica se llevó a cabo utilizando la técnica de grupo focal. Esta técnica es definida por Escobar y Bonilla-Jimenez (2009) como un grupo de discusión, el cual es guiado por preguntas que giran alrededor de un tema de interés. Un aspecto importante sobre los grupos focales es que no solo permiten conocer las opiniones sobre el tema de interés, sino que también permiten observar la interacción de grupo.

Así las cosas, con esta técnica se exploró en las necesidades tanto de las personas adultas mayores como las de las más jóvenes. Es decir, se logró el objetivo de identificar las necesidades que presentan los distintos grupos etarios por medio de seis preguntas generadoras diferenciadas para los distintos grupos generacionales (ver Anexo 3).

Estos grupos estuvieron conformados por seis mujeres adultas mayores entre los 62 y los 89 años, y 6 adolescentes, 4 hombres y dos mujeres de los cuales 1 tenía 18 años y las demás personas 17.

4.5.1.1 Estrategias para el análisis de los datos

El análisis de los datos arrojados después de utilizar la técnica de grupos focales se llevó a cabo de la siguiente manera.

En un primer momento, se procedió con la grabación en audio de ambos grupos focales para posteriormente transcribir literalmente las mismas. Una vez transcritas, los textos fueron codificados, dividiéndolos así en categorías de análisis. La codificación, según lo

indica Fernández (2006), consiste en agrupar la información en temas similares, los cuales surgieron en el proceso de investigación, en este caso, en el diagnóstico.

Cuando esta información fue codificada, entonces se procedió a realizar un análisis utilizando primeramente el análisis de contenido.

El *análisis de contenido* permite analizar tanto el texto como el discurso. Algunas características de esta técnica mencionada por Descombe (2010) es que permite leer entre líneas, es decir, qué se esconde bajo el discurso en sí mismo, ya que la persona investigadora puede interpretar los significados ocultos tanto en el texto como en el discurso.

Con respecto al significado de los datos, el análisis de contenido busca la frecuencia con que se mencionan algunas palabras, estas palabras han sido clasificadas por la investigadora previamente y se parte del hecho de que la unidad de análisis de esta técnica son las palabras y las frases.

Según lo indica Descombe (2010), la aplicación del análisis de contenido sigue un procedimiento lógico, el cual consiste en los siguientes pasos:

1. Elegir una muestra apropiada de textos o discursos.
2. Dividir el texto en unidades más pequeñas: estas unidades pueden ser desde palabras, oraciones, párrafos e incluso títulos.
3. Desarrollar categorías relevantes para el análisis de datos: el investigador o investigadora debe tener una idea clara sobre las categorías que va a analizar y cómo aparecen en el discurso.
4. Codificar las unidades de acuerdo con las categorías: se debe prestar mucha atención al texto o discurso para codificar las palabras y oraciones que son relevantes.
5. Contar la frecuencia en que se repite cada unidad: contar las repeticiones de la unidad de interés es la primera parte del análisis.

Analizar el texto con respecto a la frecuencia de las unidades y su posible relación con otras unidades: consiste en explicar cuándo y por qué surgen las unidades en determinado momento o de la forma en que lo hacen.

Otra técnica de análisis utilizada en esta fase fue la triangulación, con respecto a esta indica Flick, (2007), permite combinar diferentes perspectivas sobre un tema de investigación. En este caso, se combinan las perspectivas de las personas adultas mayores y adolescentes a partir del análisis de contenido y de la sistematización de los datos.

En correspondencia con este postulado y retomando a Flick (2007), se indica que la triangulación también es un promotor de la calidad de la investigación, dado que permite comparar los resultados de diferentes enfoques o como en este caso de poblaciones distintas.

Con los resultados obtenidos por medio del grupo focal se realizó un análisis detallado por temas, en cual se agrupó la información codificada de acuerdo con las categorías de análisis, se identificaron las principales tendencias de la información y se presentaron los resultados que orientaron las fases posteriores.

4.5.2 Métodos e instrumentos: Fase de diseño

En esta fase se utilizó la metodología de diseño instruccional, esta integra varios componentes según indica Chiappe-Laverde (2008), entre ellos la planeación, la preparación y el diseño de los recursos y ambientes.

Es importante recalcar los ambientes, ya que debido a las circunstancias pandémicas a las que se enfrenta el mundo actualmente, se acatan las medidas sanitarias dictadas por el Ministerio de Salud y se modifica el diseño, de manera que se propusieron las sesiones de este proyecto utilizando herramientas tecnológicas.

Los instrumentos que se diseñaron para este apartado así como el diseño instruccional se basan en el modelo ADDIE, el cual se explica más detalladamente en el próximo apartado.

4.5.2.1 Diseño instruccional

Las sesiones de los encuentros intergeneracionales se llevaron a cabo utilizando tecnologías de información, por esta razón, el diseño instruccional se elaboró de tal manera que permitió el cumplimiento de los objetivos que se plantearon, es decir, permitió el

desarrollo de encuentros intergeneracionales virtuales entre PAM que asisten a actividades en la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y estudiantes del COTEPECOS.

Es importante mencionar que se recurrió al uso de la tecnología debido a la situación de pandemia causada por la COVID-19 en el periodo 2020-2021. Se utilizaron las plataformas de WhatsApp y Zoom para lograr el acercamiento de las generaciones participantes y de esta manera se logró el objetivo de intercambio de experiencias y habilidades.

Con respecto a la plataforma de WhatsApp, esta es actualmente utilizada tanto por los y las adolescentes como por las adultas mayores, por lo que se la interacción por este medio se llevó a cabo sin problemas, además se contó con la mediación de la investigadora. La plataforma Zoom es utilizada por los y las adolescentes y algunas de las personas mayores, por lo que se planteó que esta fuera una de las habilidades que las participantes mayores iban a potenciar. Esto permitió tener sesiones sincrónicas con toda la población.

Antes de entrar en el desarrollo del diseño instruccional como tal, es preciso aclarar qué se va a entender cuando se habla de este término, para esto se recurre a López y Peña (2020), quienes afirman con respecto al diseño instruccional que es una organización sistemática de los procesos de instrucción, la cual incluye la definición de objetivos específicos, así como de las actividades, estrategias y recursos que permiten alcanzar dichos objetivos.

Otro aspecto importante mencionado por estos autores es que el diseño instruccional se considera un campo interdisciplinario en el cual convergen diversas teorías del aprendizaje, formas de evaluación y modelos de organización, todos estos aspectos siempre enfocados en el cumplimiento de los objetivos. De esta manera se pueden encontrar propuestas de diseños instruccionales desde distintas teorías educativas.

Para llevar a cabo este proceso de diseño instruccional se utilizó el modelo ADDIE cuyo nombre obedece al acrónimo análisis, diseño, desarrollo, implementación y evaluación. Este modelo según indican Morales-González et al. (2014) fue propuesto por Russel Watson en 1981 y ha sido frecuentemente utilizado tanto en el área educativa como en la industria. Los autores propusieron este modelo como una alternativa para organizar las actividades que guíen al aprendizaje.

El modelo ADDIE está compuesto por las siguientes fases, las cuales se describen según lo que muestran Morales-González et al. (2014):

- *Análisis*: el análisis consiste en una evaluación de necesidades que permite identificar tanto el perfil de las personas participantes como su contexto. En el caso específico de esta investigación, el análisis corresponde con el diagnóstico de necesidades, el cual permitió conocer los intereses tanto de la población joven como de la población mayor, así como visualizar las actividades que se podían llevar a cabo.
- *Diseño*: en esta fase se desarrolla el proyecto atendiendo precisamente los resultados del análisis. Esta es la fase que corresponde específicamente al diseño instruccional, el cual se presenta posteriormente, y comprende redactar objetivos para cada sesión, seleccionar los medios para hacer llegar la información, diseñar las actividades y el proceso de evaluación entre otros componentes.
- *Desarrollo*: el propósito de esta fase fue generar y validar los recursos de aprendizaje que se utilizaron en cada una de las sesiones. Es decir, preparar todo lo que sea necesario previo a la siguiente fase, en este caso consistió en la verificación de acceso a internet y también en reuniones de práctica para el uso de Zoom, también hubo un proceso de validación de los instrumentos que se diseñaron, este consistió en enviarlo a profesionales de las áreas de gerontología para su revisión y respectivas observaciones.
- *Implementación*: es en esta fase cuando se concreta el ambiente de aprendizaje, es decir, cuando las personas participantes tuvieron la oportunidad de participar en las distintas sesiones propuestas. Es la etapa en donde se vio concretada la construcción del aprendizaje, es decir, en la cual la población joven y adulta mayor tuvo la oportunidad de compartir e intercambiar sus experiencias y conocimientos.
- *Evaluación*: esta fase permitió valorar la calidad de todo el proceso, no solo de los productos sino también de los aprendizajes adquiridos. Se llevó a cabo esta fase por medio de una encuesta que se realizó utilizando la herramienta de Google Forms, esta evaluación estuvo conformada por 10 preguntas de selección y 6 preguntas abiertas. Todas las personas participantes la completaron.

4.5.3 Métodos e instrumentos: Fase de implementación

La modalidad bajo la cual se implementó este proyecto fue virtual: se utilizaron las plataformas de WhatsApp y Zoom para desarrollar los encuentros intergeneracionales. Las sesiones se llevaron a cabo en la modalidad virtual, en su mayoría de manera sincrónica, aunque también hubo interacción asincrónica por medio de WhatsApp. Las sesiones vía Zoom fueron grabadas y documentadas por medio de una bitácora de campo para posteriormente ser analizadas.

Se trabajaron en total 3 sesiones de prueba con las PAM, una sesión de prueba con adolescentes y finalmente 6 **talleres intergeneracionales**, los cuales consistieron en el intercambio de experiencias y enseñanza de habilidades. Tanto la población adulta mayor como la adolescente tuvieron la oportunidad de enseñar y aprender alguna habilidad o destreza según sus intereses.

Estos talleres se llevaron a cabo utilizando la plataforma de Zoom y las convocatorias se llevaron a cabo por medio de WhatsApp. Para más detalle sobre este proceso, consultar el apartado de diseño instruccional.

4.5.3.1 Sistematización de la experiencia

La sistematización de la experiencia se llevó a cabo según lo que propone Jara (2018), es decir, de manera crítica y objetiva, tratando de resaltar aquellos aspectos que se consideren fundamentales y de mayor importancia para las poblaciones participantes.

Las etapas del proceso de sistematización que menciona este autor se explican a continuación:

1. El punto de partida: la experiencia

Un primer aspecto que propone el autor es haber participado en la experiencia, esto implica estar ahí desde la búsqueda de antecedentes, el diagnóstico, o incluso antes, desde el momento en que, en el caso particular de este trabajo, se invita a las personas adultas

mayores y jóvenes a participar del mismo. Por supuesto también supone la presencia durante la ejecución de la propuesta y evaluación.

También se propone contar con registro de las experiencias. En la presente investigación se registraron las sesiones por medio de la grabación de videos de las mismas. También se guardó el registro de los mensajes que fueron enviados vía WhatsApp.

2. Formular un plan de sistematización

Según lo indica Jara (2018) el objetivo de la sistematización debe realizarse desde dos dimensiones: la organizacional y la personal. Así las cosas, organizacionalmente las bibliotecas infantiles de la Municipalidad de San José incluyen dentro de su misión reafirmar valores éticos y sociales en la población menor de edad. Los encuentros intergeneracionales contribuyen sin lugar a duda a esta misión, al fomentarse la interacción y el respeto mutuo entre personas adultas mayores y jóvenes.

Por otra parte, desde lo personal, el objetivo se direcciona a promover la participación de las personas mayores en la comunidad a la cual pertenecen, de tal manera que en conjunto con las personas adolescentes puedan intercambiar sus conocimientos y experiencias.

La experiencia que interesa sistematizar se basa en las categorías de análisis: el aprendizaje y el intercambio de conocimientos, el manejo de herramientas tecnológicas por parte de las personas participantes, la apreciación de las etapas de la vida en la que se encuentran quienes colaboraron en el proyecto y por supuesto, el tema que convocó este proyecto: la importancia de la interacción y las relaciones intergeneracionales.

Como fuentes de información, son las personas participantes quienes facilitaron los datos para la sistematización. Estas experiencias se recopilaron por medio de video, ya que con el debido consentimiento, las sesiones realizadas por medio de Zoom fueron grabadas para posteriormente ser analizadas con el software ATLAS.ti y la técnica de análisis de contenido.

3. La recuperación del proceso vivido

La investigación se planteó para llevarse a cabo en 4 fases, a saber:

- a) Fase diagnóstica: presentación de la investigadora con la población participante y un grupo focal para explorar las necesidades de ambos grupos participantes.
- b) Fase de diseño: se trabajó a partir de lo expresado por ambas poblaciones, es decir, se tomaron en cuenta sus necesidades e incluso las ideas sobre la forma de abordar los encuentros.
- c) Fase de implementación: dentro de esta fase se encuentran los talleres intergeneracionales, así como los productos que se proponen en el diseño instruccional: un diario de la experiencia que elaborará la población joven, y algo representativo también de la experiencia por parte de la población mayor.
- d) Fase de evaluación: se aplicó una encuesta a las poblaciones participantes con el fin de conocer los aprendizajes y las experiencias suscitadas en las fases anteriores.

La información se clasificó en categorías, y a su vez las categorías se derivaron de los objetivos específicos de la investigación. Por ejemplo: aprendizajes surgidos a partir de los encuentros intergeneracionales, evaluación de las experiencias, entre otros.

4. Las reflexiones de fondo

Esta etapa se relaciona con el análisis y la interpretación crítica de los datos. Estas fases se realizaron por medio del análisis de contenido y la sistematización de los datos.

Con respecto al análisis de contenido, esta técnica permite analizar tanto el texto como el discurso, así que aplica tanto para el diario de la experiencia que realizaron los y las adolescentes, como en las grabaciones. Esta técnica permitió realizar una síntesis de la información y también una lectura entre líneas, así como también permitió esclarecer las categorías de análisis relevantes para la investigación (Descombe, 2010).

El procedimiento que se siguió fue el siguiente: se revisaron los textos y los videos en repetidas ocasiones, de manera que se pudiera extraer de los mismos las ideas que se repetían con mayor frecuencia, así como aquellas que sobresalían. Estas ideas formaron las categorías y subcategorías.

Posteriormente, se realizó la interpretación crítica, la cual se hizo a la luz de la teoría, y en caso de haber categorías emergentes, se recurrirá a nueva teoría. Para llevar a cabo este

proceso de análisis e interpretación, se recurrió al software Atlas.ti, una herramienta especializada en el análisis de datos cualitativos.

5. Los puntos de llegada

Este último punto se relaciona con las conclusiones, según lo indica Jara (2012) estas deben plantearse en dos vías: teóricas y prácticas. Las conclusiones teóricas se basan en la experiencia vivida y en lo que alrededor de ella se reflexione, mientras que las prácticas pueden ser recomendaciones, pistas para futuras investigaciones similares o bien oportunidades de mejora para futuras aplicaciones de las sesiones de encuentros intergeneracionales.

Para elaborar este paso, indica el autor, se debe priorizar el contenido que se desea comunicar según la población a quien se va a comunicar. Esto es muy importante sobre todo porque se trata de una investigación aplicada, la idea es que se siga reproduciendo el proyecto en la medida de lo posible y mejorando también.

Para llevar a cabo esta última fase, se utilizarán las siguientes técnicas e instrumentos.

4.5.4 Métodos e instrumentos: Fase de evaluación

La técnica que se utilizó para llevar a cabo la evaluación fue una encuesta. En dicha encuesta se incluyeron algunas preguntas generales sobre el proceso del proyecto de encuentros intergeneracionales y las y los participantes marcaron con una “X” la respuesta que mejor se ajustó a su opinión, es decir, se presentó a modo de escala y se incluyó una última pregunta abierta. El instrumento de evaluación se puede observar en el anexo 4.

4.5.4.1 Plan de análisis de los datos del proceso de evaluación

Los datos generados por medio de la encuesta se analizaron de la siguiente manera. En un primer momento se agruparon las respuestas de cada una de las preguntas cerradas que se realizaron en el instrumento.

Posteriormente se analizaron las respuestas, las cuales representaron la evaluación desde los distintos ámbitos de la intervención: satisfacción con el proceso, aprendizajes adquiridos y pertinencia de la intervención.

Estos resultados se analizaron utilizando la estadística descriptiva, por tanto se presentará un resumen de la información presentada por medio de cuadros y gráficos (Rendón-Macías et al., 2016). En el caso de las preguntas abiertas de la encuesta de evaluación, se analizaron por medio de análisis de contenido siguiendo los pasos descritos anteriormente.

4.6 Consideraciones éticas

En la Universidad de Costa Rica todas las investigaciones que impliquen la interacción con seres humanos están reguladas y normadas por el “Reglamento ético científico de la Universidad de Costa Rica para las investigaciones en las que participan seres humanos” (La Gaceta Universitaria, 2000), vigente desde el año 2000.

El reglamento aclara que todas las investigaciones que se desarrollen deben atender de manera obligatoria los siguientes principios éticos:

- Respeto a la persona y a la personalidad, principio que se extiende a la dignidad e intimidad del individuo, sus creencias religiosas, su inclinación política, las prácticas derivadas de la pertenencia cultural, su capacidad de autodeterminación.
- La buena fe que expresan los individuos.
- La justicia que rige las relaciones entre las instancias involucradas, los investigadores y las personas participantes en el estudio.
- Proporcionalidad y razonabilidad que permitan sopesar la idoneidad del estudio.
- La no maleficencia dirigida a evitar riesgo o perjuicio que puedan sufrir los sujetos participantes o incluso los investigadores.
- La honestidad dada en la comunicación transparente entre las partes involucradas dentro de la investigación (Art.6)

Por lo tanto, no se permite el desarrollo de trabajos que generen afectación a la integridad o calidad de vida de poblaciones en situación de vulnerabilidad.

Como ya se ha mencionado, esta investigación se enmarca en el método de investigación acción con un enfoque cualitativo. Noreña et al., (2012) indican sobre la ética cualitativa que busca un acercamiento a la realidad de las personas de manera holística, al tiempo que se procura la mínima intrusión. Además, agregan que las personas son consideradas sujetos de estudio, no objetos.

Es decir, la ética en la investigación cualitativa al buscar el mínimo de intrusión en las personas participantes también asegura la veracidad de la información recopilada, ya que lo que se busca es que quienes acepten participar como sujetos de investigación, puedan expresarse de la manera más natural posible, de modo que sus discursos realmente informen sobre sus opiniones y sentires con respecto a la temática que se aborda.

Existen criterios que son esenciales para llevar a cabo una investigación cualitativa tomando en cuenta las consideraciones éticas. Noreña et al. (2012) mencionan los siguientes:

-*El consentimiento informado*: la finalidad del consentimiento informado es que las personas conozcan sobre la investigación y acepten su participación en la misma. En este caso, las personas mayores firmaron un consentimiento informado, el cual puede observarse en el Anexo 1, mientras que los estudiantes, al tratarse de menores de edad, firmaron un asentimiento informado que puede verse en el Anexo 2.

-*La confidencialidad*: dentro del consentimiento informado existe un apartado dedicado exclusivamente a la confidencialidad. En este apartado la investigadora se compromete a hacer un uso responsable de los datos recopilados. También se les informó a los participantes que sus identidades serán protegidas, por lo tanto, sus nombres no aparecerán en el documento final.

-*Manejo de riesgos*: en el consentimiento informado también hay un apartado dedicado a los riesgos, en el cual se indica que la participación en este proyecto no representa ningún riesgo para la salud física o mental.

En atención a las consideraciones éticas, también es importante mencionar que la selección de los participantes fue equitativa, en el sentido de que no se excluyó a nadie que quisiera participar. En el caso de los y las estudiantes, estos fueron elegidos por la orientadora de la institución de acuerdo con el interés que mostraron para participar.

Además, cada persona participante fue informada de los objetivos de investigación y sus derechos como participantes en una investigación. Las mujeres adultas mayores que participaron en el diagnóstico y permanecieron en la investigación, firmaron de manera presencial el consentimiento informado. Con las demás, se les leyó el documento vía telefónica o por medio de Zoom, y su aceptación para participar se dio de manera verbal, en estos casos se cuenta con la grabación.

Con las personas adolescentes por su parte, en la sesión diagnóstica se leyó el asentimiento informado, estuvieron de acuerdo con los términos y procedieron a firmar, tanto ellas como participantes, como la orientadora que coordinaba en este caso, su trabajo comunal.

CAPÍTULO V: RECONSTRUCCIÓN DE LA EXPERIENCIA

En este capítulo se abarcan las distintas fases que se llevaron a cabo en este trabajo. Desde la planeación y el cronograma, hasta la implementación, los resultados obtenidos y la evaluación del proyecto. Este proceso se llevó a cabo desde la sistematización de experiencias propuesto por Oscar Jara (Jara, 2018), el cual consiste, como indica el autor, en un trayecto de la experiencia.

Este trayecto se realizó basado en las distintas anotaciones de la investigadora, pero sobre todo en las grabaciones, ya que al tratarse de un trabajo virtual, las sesiones fueron grabadas en audio y video, y las sesiones diagnósticas fueron grabadas en audio.

Se presenta a continuación el cronograma de las actividades que se realizaron, partiendo del contacto inicial con las instituciones seguido del cumplimiento de requisitos y finalizando con la ejecución de este.

5.1 Cronograma

Tabla 2

Cronograma de actividades del proyecto

| Fecha | Tema | Actividad |
|-----------------------|---|--|
| 19 de agosto, 2019 | Primer acercamiento con la población adulta mayor, Biblioteca Municipal Tulio Perlaza | Se le solicita a Tatiana Zúñiga, directora de la Biblioteca, permiso para tener un primer encuentro con la población adulta mayor e invitarles a participar del proyecto. Posterior a la visita, ese mismo día, la directora envía una lista de las personas adultas mayores que asisten a las clases de Quilting. |
| 24 de setiembre, 2019 | Primer acercamiento con el colegio COTEPECOS | Vía telefónica se contacta a Juliana Cruz, una de las orientadoras del COTEPECOS, con quien se coordinan los contactos para la solicitud formal de la realización del proyecto en la institución. |

| | | |
|-----------------------|--|---|
| 13 de noviembre, 2019 | Entrega de requisitos para autorización, Municipalidad de San José | Para poder realizar el proyecto en la Biblioteca Municipal, era necesario recibir el aval de la Municipalidad de San José, por esa razón en la fecha citada, entregué una carta de la Maestría solicitando autorización para llevar a cabo este proyecto, así como el cronograma de actividades que se llevarían a cabo, una copia de mi cédula y de la póliza estudiantil. |
| 18 de noviembre, 2019 | Solicitud de autorización para realizar el proyecto, COTEPECOS | Durante esta primera visita al COTEPECOS se conversa con el director de la institución, el señor Kenneth Salas para explicarle en qué consiste el proyecto. El director da su aprobación así que se coordina con una de las orientadoras de la institución las características deseables de la población participante. |
| 25 de noviembre, 2019 | Primer encuentro con las PAM participantes, Biblioteca Municipal Tulio Perlaza | En esta visita a la Biblioteca mantengo una primera reunión con las PAM participantes. Después de explicarles en qué consiste el proyecto, aquellas que muestran interés firman el consentimiento informado y se realiza la actividad diagnóstica que consistió en un grupo focal. |
| 6 de marzo, 2020 | Primer encuentro con adolescentes, COTEPECOS | Se coordina esta visita con el fin de conocer a las personas adolescentes participantes. Se leyó y firmó el asentimiento informado y posteriormente se llevó a cabo el diagnóstico el cual consistió en un grupo focal. Participan 6 estudiantes de quinto año. |
| 11 de mayo, 2020 | Solicitud de autorización a padres de familia | Debido a la pandemia, las condiciones del proyecto cambian, por lo que fue necesario solicitar el permiso de los padres y madres de familia para que los adolescentes participaran de manera virtual. Además se les comunicó que este proyecto era equivalente a la actividad de Servicio Comunal. Como se indicó, el día de la reunión con las personas adolescentes quien firmó el asentimiento fue la orientadora de la institución. |

| | | |
|-----------------------|--|--|
| 12 de mayo, 2020 | Reconfirmación de PAM | Dado que las condiciones del proyecto cambian por la pandemia, se procede a llamar a las PAM para confirmar su participación. Cuatro de ellas comunican que no van a participar en el proyecto. |
| 12 de junio, 2020 | Reclutamiento de nuevas participantes | Tatiana Zúñiga envía una lista de nuevas posibles participantes en el proyecto. Se procede a contactarlas vía telefónica y consultar si están dispuestas a participar y si poseen las condiciones requeridas: acceso a internet, manejo de aplicaciones como Whatsapp y Zoom. |
| 4 de agosto, 2020 | Contacto con PAM | Se llama a las participantes para coordinar el inicio de las sesiones, también para proceder con la lectura del consentimiento informado. Durante esta llamada una de las participantes informa que está hospitalizada debido a un micro infarto, por esta razón el inicio del proyecto se posterga. |
| 12 de agosto, 2020 | Sesión de preparación con adolescentes | Se programa una sesión vía Zoom con los adolescentes para coordinar las actividades que se van a realizar. También se elaboró un documento denominado “Aspectos importantes previo al inicio del proyecto”. En este documento se incluyeron los detalles de las sesiones, especificaciones del Diario de la experiencia y ejemplos de cómo realizar material didáctico para PAM. |
| 28 de agosto, 2020 | Sesión de prueba con PAM | Se programa una sesión de prueba con las PAM utilizando las salas de reuniones de Facebook. Participaron cuatro personas. |
| 2 de setiembre, 2020 | Segunda sesión de prueba con PAM | Nuevamente se utiliza la sala de reuniones de Facebook, en esta ocasión participaron otra vez cuatro personas. |
| 14 de setiembre, 2020 | Tercera sesión de prueba con PAM | En esta ocasión se utiliza Zoom, participaron cinco personas adultas mayores. Se aprovecharon estas sesiones para conversar sobre el proyecto y asignar las actividades que iba a realizar cada una. |

| | | |
|-----------------------|------------------------------|--|
| 21 de setiembre, 2020 | Sesión 1 | Superando estereotipos. |
| 28 de setiembre, 2020 | Sesión 2 | Intercambio de conocimientos (Parte 1) |
| 7 de octubre, 2020 | Sesión 3 | Intercambio de conocimientos (Parte 2) |
| 12 de octubre, 2020 | Sesión 4 | Habilidades de la vida diaria. |
| 19 de octubre, 2020 | Sesión 5 | Esparcimiento en línea. |
| 26 de octubre, 2020 | Sesión 6: Cierre | Las experiencias de los encuentros intergeneracionales. |
| 3 de noviembre, 2020 | Entrega de productos finales | Se coordina con las personas adultas mayores para recoger ese día el trabajo que hicieron para entregarle a los adolescentes. Se pasa por la casa de cada una, se les entrega un pequeño agradecimiento por su participación. Los trabajos fueron entregados a Juliana, orientadora de COTEPECOS, quien posteriormente se los entregaría a los adolescentes. |

5.2 Etapa Diagnóstica

A continuación, se presentan los resultados obtenidos después de aplicar el instrumento diagnóstico. Esta información se grabó en audio y fue transcrita, para posteriormente iniciar con el proceso de categorización y análisis de los datos.

Para realizar el diagnóstico se diseñó y aplicó un instrumento de grupo focal, este instrumento fue validado por profesionales de la Maestría en Gerontología. El instrumento se envió por medio de correo electrónico a las profesionales M.Sc. Irma Arguedas Negrini y M.Sc. Mabel Granados Hernández, en ese momento ambas formaban parte de la

Maestría. Se recibieron de parte de ellas sugerencias, las cuales fueron tomadas en cuenta en el documento que finalmente se utilizó para el diagnóstico.

El instrumento se aplicó en una primera fase a 6 mujeres adultas mayores que asisten a clases de Quilting en la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza. En total este grupo focal duró aproximadamente una hora y se llevó a cabo de manera presencial. Las mujeres participantes tienen edades entre los 63 y los 89 años. A continuación, un breve detalle de ellas:

Tabla 3

Descripción de las personas adultas mayores

| Seudónimo | Estado civil | Edad | Ocupación |
|------------------|---------------------|-------------|------------------|
| Carina | Viuda | 77 | Profesora |
| Anabel | Casada | 77 | Cocinera |
| Mariela | Viuda | 89 | Ama de casa |
| Mireya | Viuda | 84 | Ama de casa |
| Laura | Casada | 63 | Secretaria |
| Eva | Soltera | 68 | Artesana |

Posteriormente, también se trabajó con los y las estudiantes un grupo focal. Esta etapa del proceso de investigación se llevó a cabo en las instalaciones del COTEPECOS. Como se ha indicado, se coordina con una de las orientadoras de la institución la fecha y hora en que los estudiantes tienen disponibilidad para participar en lo que será su Trabajo Comunal. En esta sesión participaron seis muchachos y muchachas:

Tabla 4*Descripción de las personas adolescentes*

| Seudónimo | Edad | Sexo | Año que cursan |
|------------------|-------------|-------------|-----------------------|
| Ben | 17 | Hombre | Quinto año |
| Sara | 17 | Mujer | Quinto año |
| Nela | 17 | Mujer | Quinto año |
| Pedro | 17 | Hombre | Quinto año |
| Blas | 17 | Hombre | Quinto año |
| Jose | 18 | Hombre | Quinto año |

Un aspecto importante de recalcar es que los estudiantes residen en distintas zonas de la gran área metropolitana, mientras que las participantes adultas mayores residen en el distrito de Mata Redonda, relativamente cerca de la Biblioteca Tulio Perlaza.

También se puede observar que, en el caso de las adultas mayores, a pesar de ser un grupo pequeño es también un grupo diverso: hay desde adultas mayores jóvenes hasta de más avanzada edad, la escolaridad varía mucho, así como las profesiones que ejercieron. Esto refleja la realidad diversa de la población mayor en la actualidad.

a) Categorías de análisis

Las categorías de análisis se definieron de la siguiente manera. En primer lugar, el audio de los grupos focales se grabó, por lo que se procedió a escuchar los audios, ambas grabaciones duraron aproximadamente una hora. Posteriormente estas grabaciones se transcribieron de manera que fuera más sencillo identificar las citas o frases más relevantes para luego clasificarlas en categorías.

A cada categoría se le asignó una definición operativa que se expone a continuación.

Tabla 5*Definición de las categorías de análisis*

| Categoría | Definición operativa |
|----------------------------|--|
| Valores morales | Valores implícitos que median las relaciones interpersonales, el que más se repitió fue el respeto, también se mencionaron la honradez, la dignidad y el amor. |
| Estereotipos | Ideas que se le atribuyen a personas o grupos sociales de manera preconcebida y generalizada que pueden o no ser reales. Por ejemplo, que los adolescentes no “se mezclan” con personas mayores o que no les gusta el trabajo, mientras que por parte de adolescentes se mencionó que las PAM son personas muy dulces. |
| Relación intergeneracional | La relación interpersonal que se da entre las PAM y otras generaciones más jóvenes. En estas relaciones se puede dar un intercambio de conocimiento, así como también se puede crear un vínculo entre las personas participantes. |
| Uso de nuevas Tecnologías | Se refiere al uso de los nuevos aparatos tecnológicos, por ejemplo teléfonos celulares, tabletas y computadoras. |
| Actividades de interés | Son las propuestas que surgieron sobre las actividades por realizar en la intervención. Por ejemplo, baile, costura básica y cocina. |

Cada una de estas categorías fue identificada en el texto transcrito que surgió como producto de los grupos focales. Es decir, dichas categorías resumen las opiniones e intereses tanto de las personas adultas mayores como de las más jóvenes.

b) Análisis de los resultados

A continuación, se expone el análisis de los resultados del diagnóstico según las categorías surgidas durante este proceso.

b.1 Valores morales

Esta categoría se observó con mayor frecuencia en la población adulta mayor, y estaba vinculada en su mayoría a una pregunta relacionada con el legado que como personas mayores les gustaría dejar. Algunas de las frases que dijeron relacionadas con valores son: Laura (64 años): *“Yo diría que la honradez y la dignidad. Que sean honrados, respetuosos”*, Anabel (77 años): *“Que sean muchachos de bien”*, Mireya (84 años): *“Díay, lo que decían, buenos muchachos, que vayan por el camino correcto, que no se tuerzan”* y Carina (77 años): *“Tener buenas amistades y darles mucho cariño, mucho amor a la gente y sobre todo honradez, y la religión también me ayuda mucho”*.

Practicar los valores, y que las personas que rodean a las mujeres participantes los aprendan y los tomen en cuenta como parte de su legado es muy importante para ellas. También es una manera de describir la interacción entre las personas, es decir, basadas en valores como el respeto, la dignidad y el cariño.

Para Noriega et al. (2017) el hecho de transmitir los valores a las siguientes generaciones, puede incluso incrementar el bienestar psicológico de las PAM. Al hablar sobre los valores que desean transmitir, las participantes se mostraban emocionadas e ilusionadas, es sin duda parte de los conocimientos que se tomaron en cuenta para la elaboración de las sesiones virtuales.

Por otra parte, uno de los muchachos también rescató la importancia de los valores, se trata de Ben (17 años), quien al referirse a la oportunidad de interactuar con personas mayores afirmó *“que ellos se vayan felices y todavía crean en las nuevas generaciones y que todavía vamos bien encaminados”*.

Puede observarse que para ambas generaciones es importante establecer una relación cortés y basada en el respeto. Para Ben es además importante dejar una buena impresión, y más allá de eso, también procurar el bienestar de la otra generación. Los valores sin duda pueden ayudar a crear un ambiente amigable entre estas dos generaciones.

Finalmente, también se observa la reciprocidad propia de los encuentros intergeneracionales, es decir, una característica propia de este tipo de programas es que el aprendizaje se da en ambas direcciones, o en este caso específico, hay interés en los valores por parte de ambos grupos etarios.

b.2 Estereotipos

Los estereotipos estuvieron presentes durante varias fases del grupo focal en ambas poblaciones. Algunos pueden identificarse como positivos y otros como negativos, en cualquiera de los casos, se trata de ideas preconcebidas que no necesariamente son reales y que pueden afectar en alguna medida la forma en que ambas generaciones se relacionan.

Estos son algunos de los estereotipos mencionados por parte de las mujeres adultas mayores hacia la población joven: Laura (64 años): *“ahora los muchachos son así, o sea, si no es con dinero no le hacen ningún favor (...) es que ahora prácticamente no aceptan un consejo”*; Mariela (89 años): *“Uno ve mucho unas películas que dan que están los chiquitos con esos aparatos y llegan y les desconectan y ya, se ponen bravos, tiran todo y ellos siguen en lo mismo, en lo mismo, y entonces para que se calmen los dejan hacer lo que quieran”*; Carina (77 años): *“Y el trabajo ya casi no les gusta (...) ellos quieren disfrutar, solo piensan en disfrutar”* y Eva (68 años) dice lo siguiente refiriéndose a la asistencia al colegio: *“Van porque los mandan, pero no porque quieren ir”*.

Puede observarse los estereotipos de las personas mayores sobre las personas más jóvenes son negativos. Se centran en el interés al decir que no hacen un favor si no reciben nada a cambio, muestran su desacuerdo en la forma de educación que han observado al afirmar que ahora los niños hacen lo que quieran y consideran que la generación joven no piensa en el futuro, sino que se centra en el presente, por esta misma razón, según ellas, solo asisten al colegio porque los mandan y no porque piensen en su bienestar a futuro.

Con respecto a la población joven, estos fueron algunos de los estereotipos que mencionaron refiriéndose a la población adulta mayor. Pedro (18 años): *“creo que hay algunos que son bastante difíciles de tratar”*; Blas (17 años): *“en el fondo ellos son como muy, muy muy pero muy dulces, nada más que hay que tener su paciencia para poder entenderlos”*; Sara (17 años): *“Digamos yo sé que por la edad ya pueden digamos tener Alzheimer y todas esas partes de las demencias”*; y Nela (17 años): *“Y esa dulzura que ellos tienen, entonces me parece que, o sea ellos no lo hacen como para ajá la voy a molestar y le voy a repetir no, sino porque es parte de la edad y todo eso”*.

En este caso se pueden rescatar estereotipos positivos, el que más se repitió durante esta sesión diagnóstica fue que las personas mayores son muy dulces. Sin embargo, también

hubo estereotipos negativos: son difíciles de tratar, hay que tenerles paciencia, padecen Alzheimer y otras demencias y repiten mucho las cosas por su edad. Ya se había mencionado a Aguayo y Nass (2013) quienes también afirmaban la existencia de estos estereotipos negativos, se puede decir que su teoría se ve confirmada en este diagnóstico.

Se considera muy importante abordar el tema de los estereotipos durante las sesiones de trabajo, no solo de manera implícita, es decir, la interacción de las sesiones puede hacer que estos estereotipos cambien, sin embargo, también se considera importante abordarlos de manera explícita. Así como no existe una sola forma de envejecer, tampoco hay una única forma de ser joven.

b.3 Relaciones Intergeneracionales

La interacción personal que se da entre distintas generaciones es un aspecto muy importante que también debe ser considerado, y estuvo presente en el discurso tanto de la población joven como de la adulta mayor.

Al preguntarle al grupo de señoras adultas mayores sobre su relación con jóvenes de alrededor de dieciséis años, estas fueron algunas de sus respuestas. Eva (68 años): *“A mí me va bien con todos, chiquitos, grandes, medianos, yo soy como que me llevo bien con todos”*; Carina (77 años): *“Si, es que hay que darles confianza nada más, eso es todo”*; Mariela (89 años): *“Es cuestión de que se amolde uno a ellos y ellos a uno también, para poderlos guiar, verdad”*.

Aquí puede observarse que cuando se trata de relaciones humanas, no es necesario hacer diferenciación, es decir, según lo mencionado por Eva en su caso personal no hay ninguna razón para diferenciar su relación interpersonal con personas de cualquier edad.

Sin embargo, esta no fue la línea que siguieron todos los demás comentarios, también hubo comentarios donde sí se pueden apreciar dificultades. Laura (64 años) por ejemplo indica *“en realidad tengo poco contacto, pero no tengo ningún problema, si necesitan algo con gusto les ayudo, (...) en realidad la gente joven no se mezcla tanto con la gente adulta así en general (...) ellos interactúan más con un teléfono o con la computadora”*.

Esta percepción de Laura coincide con lo expuesto por Delgado-Acosta et al. (2016), quienes concluyeron que al no idear estrategias intergeneracionales o proyectos

comunitarios que propicien la interacción entre estas poblaciones, lo que predominó en su estudio fue la indiferencia mutua. Es preciso aclarar que en el caso específico de Laura, ella mencionó a las personas jóvenes en general, las demás PAM hicieron referencia a la relación con sus nietos por lo que su vivencia era más positiva y amorosa. Otro aspecto que se rescata del discurso de Laura, es el estereotipo que existe con respecto a que las personas jóvenes se relacionan o interactúan más con aparatos tecnológicos que con otras personas.

Por otra parte, esto fue lo que dijo la población joven cuando se habló de su relación con personas adultas mayores. Pedro (17 años): *“siempre que he tenido la oportunidad de socializar con alguno que no sé estábamos en el bus, o estábamos haciendo fila para un restaurante o cualquier cosa, siempre que se me da la oportunidad me gusta muchísimo hablar con ellos”*; Blas (17 años): *“hay personas que son super extrovertidas o divertidas y así como que paralizan el tiempo por decirlo así y se pasan horas y horas hablando, y es muy bonito porque se pasa un buen rato de conversaciones así”*; Nela (17 años): *“Yo, si hablo como de la relación, bueno ehh no, bueno es un poco distante”* y Sara (17 años): *“si se podría decir que talvez hay una relación medio complicada por los choques de generación verdad”*.

De estos comentarios se rescatan tanto aspectos positivos como negativos. Por parte de Sara existe la idea de que hay problemas debido a la diferencia generacional, esta afirmación puede catalogarse como un mito o estereotipo, ya que no necesariamente las generaciones interaccionan de manera negativa. Nela por su parte afirma que es distante porque en general no tiene oportunidad de relacionarse con personas adultas mayores.

Por otra parte, se encuentran Pedro y Blas, quienes afirman obtener aprendizaje cuando conversan con personas adultas mayores. Aunque esto no es necesariamente cierto, es decir, no siempre que se conversa con una persona hay aprendizaje, sí implica una visión más positiva de la interacción que puede darse.

Sin embargo, es posible rescatar la postura de Ventura-Merkel y Lidoff (citados por Pinazo Y Sánchez, 2005), quienes al definir los programas intergeneracionales incorporan el compartir habilidades, conocimientos y experiencias. Es posible que no siempre haya

aprendizaje, pero sí se pueden conocer otras experiencias y esto es lo que rescataron Pedro y Blas.

b.4 Uso de nuevas tecnologías

Las nuevas tecnologías surgieron como un tema en ambas generaciones, y se abordó de tal manera que no solo consistía en una de las actividades por realizar, sino que también es un área del diario vivir de las personas jóvenes. Es decir, es una herramienta para la enseñanza y el aprendizaje y en definitiva parte de su cotidianidad.

Así lo expresó Sara (17 años) en el siguiente comentario: “*Digamos como nuestra forma de pensar en las tecnologías, en cómo nos ayuda, porque ellos no lo ven como algo necesario*”. Se nota la importancia que se le da al afirmar que es algo necesario que además ayuda incluso en la forma de pensar. También se considera este como un pensamiento estereotipado, ya que muchas personas, independientemente de la edad, también consideran necesarias las TIC y las incorporan en su cotidianidad.

Por su parte Nela (17 años) afirmó:

...de igual forma enseñarles cosas actuales que tal vez ellos no conozcan tanto, pero o sea es bueno sentarse, hablarles no sé de la tecnología o de cosas que ellos no tengan tanto, e incluso hay personas que se les facilita el tema entonces yo pienso que es parte del aprendizaje mutuo.

En este caso, Nela afirma que hay personas a las que se les facilita el tema del manejo de la tecnología y considera la posibilidad que puede haber de reciprocidad en el aprendizaje.

El hecho de que el tema de tecnología hubiera surgido en la población joven no es casualidad, Como lo indican Fernández y Gutiérrez (2017) las personas jóvenes construyen sus valores, actitudes y preferencias a partir de su entorno digital, es decir, este constituye un espacio básico de socialización para jóvenes, de esta manera sí son “algo necesario” tal y como lo menciona Sara.

Las personas adultas mayores también emitieron una opinión con respecto a jóvenes y tecnología, ellas están claras sobre el gusto de las y los jóvenes por la tecnología. Mariela (89 años) por ejemplo afirmó “*diay van muy adelantados*”, refiriéndose al manejo de

aparatos electrónicos. Eva (68 años) por su parte dijo “*Ellos saben mucho de todo eso y les encanta*”.

A nivel grupal las mujeres estuvieron de acuerdo en que los y las jóvenes les pueden enseñar sobre la tecnología, además consideran que es un tema que dicha población domina. Por esta razón se dedicará un espacio durante las sesiones para trabajar este asunto. Además, los comentarios reflejan la asociación persona joven – tecnologías, y la idea de que las TIC son lejanas y ajenas para las personas mayores, lo cual podría incidir en la exclusión digital de las personas mayores.

b.5 Actividades de interés

A ambos grupos etarios se les preguntó específicamente sobre qué les gustaría trabajar en conjunto. Los temas que surgieron son compartidos por ambas poblaciones. Estos giraron en torno al baile, a la costura y a la cocina.

En el tema de baile, Eva (68 años), una de las adultas mayores indicó: “*Bueno, yo me llevo bien con el baile, con ese me quedo (...) ¡Son momentos! Yo enseño*”. Al respecto Mariela (89 años) agregó “*Esa es una bailarina de primera verdad*”. Las demás mujeres estuvieron de acuerdo con la idea del baile, y aunque algunas indicaron no saber cómo hacerlo, sí aprobaron la idea de que Eva diera una clase de baile.

Los y las jóvenes, también mostraron interés en el baile. Sara (17 años) indicó que ella también podría dar una clase de baile, específicamente de “*belly dance*” y Ben (17 años) afirmó “*¡Baile! Les gusta bailar*”. El grupo estuvo de acuerdo en la idea de hacer una actividad relacionada con el baile.

También se habló de la costura. Existe en las personas adultas mayores el interés de enseñar sobre este tema. Mariela (89 años) por ejemplo indicó “*Diay yo diría que les enseñaríamos como así a pegar botones, a pegar un zipper, coser ruedos*”. Eva (68 años) también estuvo de acuerdo “*ahora nosotras podemos enseñarles algo distinto, a como dice doña Mariela, a pegar botones, a hacer ruedos, a coser. Yo sé que los chiquillos si se apuntan en eso. Es como algo distinto me entiende, que nadie les va a enseñar. Nadie, ni la mamá ni la hermana ni el papá, es algo que ellos van a desarrollar*”, ante esta propuesta Anabel (77 años) indicó “*¡Ay qué bonito!*”.

Al considerar que esta es una actividad que no saben desempeñar y que además por razones de tiempo e incluso por desconocimiento no lo van a aprender desde sus hogares, les interesa y piensan que puede ser una actividad significativa para ellos, ya que es una habilidad que pueden poner en práctica en su vida diaria.

Por su parte, en la población joven la idea de coser también surgió. Jose (18 años) indicó: *“Coser también sería vacilón”*; Nela (17 años): *“No que nos enseñen a hacer ropa, así nos empezamos a hacer el uniforme”* y Ben (17 años): *“Yo pegar un botón todavía no sé”*.

Con esto se puede ver que para ellos y ellas también resultó agradable la idea de pensar en coser, no al nivel que indica Nela de hacerse el uniforme, pero sí asuntos más básicos que también fueron mencionados como pegar un botón.

La última actividad que se abordó por parte de ambos grupos fue cocinar. Los y las estudiantes propusieron esta idea y por ejemplo Ben (17 años) afirmó *“Qué chiva si, ¡cocinar sí promete! (...) Nosotros llevamos los materiales”*. Nela (17 años) también estuvo de acuerdo con la idea y aportó *“O recetas también, ahora que hablábamos de la cocina. Hay recetas que uno podrá conocer pero nadie las va a saber mejor que ellas”*.

Si bien es cierto, por asuntos de tiempo y espacio es posible que esta actividad pueda llevarse a cabo pero de manera muy básica, es decir, se puede hacer una receta sencilla.

Las señoras también consideraron la idea de cocinar. Mariela (89 años) indicó que se podía *“Cocinar, hacer un gallo pinto”*; Laura (64 años) agregó *“Hacer un huevo en microondas”*. Las demás mujeres estuvieron de acuerdo.

Los comentarios sobre las distintas actividades que pueden realizar coinciden con lo expuesto por Newman (citado por Sánchez et al. 2007), estos encuentros intergeneracionales permitirán juntar a jóvenes y mayores para que compartan experiencias y se beneficien mutuamente. Más allá de los nuevos conocimientos que ambas poblaciones adquieran, tendrán la oportunidad de conocer las experiencias de la otra persona y con esto enriquecerse de manera mutua.

Es importante destacar que tanto la población joven como la adulta mayor mostró siempre apertura, indicando que era importante conocer lo que la otra generación quería hacer para

poder responder a sus necesidades. Ambos grupos también mostraron entusiasmo por el hecho de participar en el proyecto.

A raíz de este análisis se concluye que es posible llevar a cabo los encuentros intergeneracionales entre estudiantes del COTEPECOS y mujeres adultas mayores que asisten a la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza.

Si bien es cierto que surgieron estereotipos, es preciso recalcar que muchos de ellos fueron positivos. Pero también hubo coincidencias en las temáticas que les gustaría trabajar. Las personas mayores identificaron como punto de interés de las jóvenes la tecnología, así como las jóvenes indicaron por ejemplo las manualidades y el baile como cosas que les gusta hacer a las personas mayores. En este caso específico, ambas consideraciones son verdades, por lo que se parte de esto para proponer la intervención.

5.3 Etapa de implementación

5.3.1 Descripción de las personas participantes

Aunque en el apartado de “Resultados del Diagnóstico” se llevó a cabo una breve descripción de los participantes, se realiza ahora un poco más amplia y basada en la presentación que cada una de las personas realizó durante la sesión 1.

La intervención se llevó a cabo en el periodo comprendido entre el 21 de setiembre y el 26 de octubre del año 2020, que coincidió con la pandemia y con estrictas medidas de distanciamiento físico, razón por la cual se realizó en la modalidad virtual.

Cabe mencionar en el caso de las personas adolescentes, todas permanecieron durante la etapa de implementación, sin embargo, no sucedió lo mismo con las personas adultas mayores. De las 6 que habían mostrado su interés en participar inicialmente, solo quedaron dos, esto debido a la pandemia en dos de los casos, ya que solo hubieran sido parte si era de manera presencial, pero al cambiar de modalidad prefirieron no participar. Otras dos personas mayores debían asistir a una persona cercana que estaba enferma.

Debido a esto, se recurrió a la dirección de la biblioteca. La directora en conjunto con su personal, pusieron en contacto a la investigadora con otras participantes de los distintos programas de este centro. De esta manera, se logró la participación de cuatro nuevas mujeres mayores, interesadas en participar en el proyecto y con disposición para llevarlo a cabo por medios virtuales. Tres de las nuevas participantes estaban llevando un curso de informática, en el cual se les enseñaba, entre otras cosas, a usar Zoom y WhatsApp.

Las personas mayores que participaron en el diagnóstico y participaron durante todo el proyecto fueron Laura y Eva. Laura tiene 64 años, durante su juventud trabajó como secretaria. Cuando se casó dejó de trabajar. Eva por su parte tiene 68 años, es vecina de Hatillo y es artesana, además compartió con el grupo su pasión que es bailar.

Con respecto a las cuatro nuevas participantes, estas fueron:

Elena: de 71 años, una mujer pensionada que trabajó para la Caja Costarricense del Seguro Social. Ahora se dedica a su casa, a participar de los cursos que ofrece la biblioteca y también es costurera y aprendió a hacer mascarillas. Es vecina de Pavas.

Soledad: tiene 64 años y vive en Sabana Sur. Tiene cinco hijos y nueve nietos. Indica que se casó a una edad muy temprana, 18 años, por esta razón no terminó una carrera. Trabajó en una panadería. Hoy en día se dedica a su hogar. También comentó en su presentación que tiene una gran disposición para aprender.

María: reside en Costa Rica, en Sabana Sur, hace seis años, es de nacionalidad venezolana y tiene 76 años. Tiene tres hijos y seis nietos. Actualmente, dos de ellos residen en Estados Unidos y otro en España. La participación de María en el proceso de implementación fue reducida, esto debido a que presentaba problemas con su conexión a internet.

Marisol: hermana de Laura, de 62 años y vecina de Puriscal. Vive con su hijo y toda su vida ha sido ama de casa. Viaja desde Puriscal para recibir los cursos de la Biblioteca, ella está en el de Quilting, y ahora participa de manera virtual.

En el caso de las personas adolescentes, además del permiso que se había solicitado previamente para que este proyecto fuera su trabajo comunal, debido a la situación de pandemia también se hizo una carta que se le hizo llegar a los padres y madres de familia, indicándoles que el proyecto se iba a realizar de forma virtual y solicitando su permiso

para la participación de sus hijos e hijas. Posteriormente se recibió la comunicación de aprobación por parte de la orientadora.

De esta manera, participaron dos mujeres y cuatro hombres, los cuales se describen brevemente a continuación:

Jose: al momento de la implementación tenía 18 años, es vecino de Ciudad Colón y está en la especialidad de informática en software.

Pedro: de 17 años y vive en Puriscal. Indicó en su presentación que tiene una gran expectativa de aprender y que le gusta mucho el baile.

Blas: tiene 17 años y vive en Sabana Sur. También está estudiando la especialidad de informática en software.

Nela: 17 años, vecina de Tibás. Está estudiando secretariado ejecutivo.

Sara: también de 17 años y vive en Alajuelita. Está estudiando secretariado ejecutivo.

Ben: de 17 años, vive en Desamparados. En su presentación hizo énfasis en que sus abuelos fueron parte importante de su crianza.

5.3.2 Diseño instruccional

Prosiguiendo con el modelo ADDIE explicado en el capítulo anterior, se procedió a realizar la fase de diseño, la cual se hace por medio de un diseño instruccional para cada sesión. Es importante comentar que este diseño se hace basado en la gerontología, es decir, se procura que haya convivencia intergeneracional, que las personas jóvenes se involucren en el proceso de envejecimiento al interactuar con esta población y de esta manera prepararse para su propio envejecimiento, y por supuesto que haya una comprensión mutua entre ambas generaciones.

Previo a la realización de las sesiones que se describen a continuación, hubo un proceso de organización con las personas participantes, con quienes también se realizaron algunas pruebas. Estas pruebas consistieron en el acceso a la plataforma de reuniones, se intentó en primera instancia con las salas de reuniones de Facebook, ya que no requería de la

aplicación para poder ingresar, sin embargo, después de dos sesiones de prueba no todas las participantes pudieron ingresar.

Después de estas dos sesiones, tres de las participantes que no tenían instalado Zoom atendieron la solicitud de la investigadora para trabajar en esta aplicación y decidieron instalarla. De esta manera, al momento de empezar con las sesiones intergeneracionales, ya se había tenido una sesión de prueba en la plataforma de Zoom.

Estas sesiones de prueba estuvieron a cargo de la investigadora, y fueron aprovechadas para explicar la metodología y las actividades que se iban a llevar a cabo. La explicación sobre cómo utilizar por ejemplo la sala de Facebook fue dada de forma remota por medio del WhatsApp, se les explicó que recibirían un enlace y solo debían unirse, sin embargo no fue posible que todas se unieran. Cuando aquellas participantes que no tenían Zoom decidieron instalarlo, recibieron ayuda, una de ellas de un hijo que vive con ella y la otra de una nieta que vive en la parte de arriba de su casa.

También hubo una sesión previa con las personas adolescentes, en la cual se les mostró las sesiones, se les solicitó organizarse, es decir, quién estaría a cargo de cada clase o actividad específica. Estas sesiones fueron de mucho provecho, en primera instancia porque se brindó un primer acercamiento a las herramientas que se utilizaron, además de poder conversar y definir lo que querían enseñar durante los encuentros intergeneracionales.

Se mencionan ahora los detalles generales del proyecto, a modo de introducción del diseño instruccional.

Nombre: Encuentros intergeneracionales virtuales: intercambio de experiencias entre personas adultas mayores de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y estudiantes del COTEPECOS, Sabana Sur.

Duración total: Se realizaron cuatro sesiones de práctica, una con los estudiantes y tres con las personas mayores y finalmente seis sesiones de implementación.

Total de horas: 8 horas y 40 minutos (solo de las sesiones de implementación)

Modalidad de los encuentros: Virtual

Requisitos: Conexión a internet y un dispositivo con Zoom instalado para acceder

Persona facilitadora: La investigadora

Objetivo general: Al finalizar el proyecto de encuentros intergeneracionales virtuales entre personas adultas mayores de la Biblioteca Tulio Perlaza y adolescentes del COTEPECOS, las personas participantes serán capaces de reconocer y poner en práctica el aprendizaje obtenido durante las sesiones virtuales como producto del intercambio de experiencias y conocimientos.

Introducción al proyecto: Se plantean los encuentros intergeneracionales virtuales con el fin de promover el intercambio de conocimientos entre las poblaciones adulta mayor y joven, que están vinculadas con la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y el COTEPECOS respectivamente. Ambas instituciones se encuentran a unos doscientos metros de distancia, por lo que inicialmente se pensaba aprovechar la cercanía física de ambas instituciones, sin embargo las circunstancias cambiaron y el proyecto se realizó en la modalidad virtual; cada persona pudo participar desde la comodidad de su hogar.

Se presentan a continuación las tablas correspondientes al diseño instruccional, en las cuales se indican los objetivos de cada sesión, los contenidos, las actividades que se llevaron a cabo y cómo fue evaluada cada una de las sesiones. En esta etapa, el diseño instruccional marcó la ruta a seguir en cada sesión.

Tabla 6*Sesión Virtual 1*

| | | | | |
|--|---|--|---|--|
| Nombre de la sesión: | Superando estereotipos | | | |
| Objetivo General | Al finalizar esta sesión, las personas participantes estarán en capacidad de resignificar las percepciones prejuiciosas y estereotipadas que una población tiene sobre la otra. | | | |
| Objetivo Gerontológico | Reflexionar de manera individual sobre las distintas etapas del ciclo vital y su importancia para un buen envejecimiento. | | | |
| Objetivos específicos | Contenido Temático | Metodología | Recursos | Evaluación |
| Realizar una breve presentación de las personas participantes. Definir los términos mitos y estereotipos. Apreciar diversas realidades de la población joven y de la adulta mayor. | Presentación Mitos y estereotipos Vejez y envejecimiento Adolescencia | El primer acercamiento que tuvieron las poblaciones participantes se realizó en Whatsapp, ya que se conformó un grupo con las personas participantes para coordinar las reuniones y aclarar dudas durante el proceso. Se coordinó la primera sesión por medio de la herramienta Zoom. Se divide en tres momentos: - Se solicitó a las personas participantes presentarse ante las demás. | Computadora o dispositivo móvil con acceso a internet y cámara. Video: A qué edad se empieza a ser viejo https://www.youtube.com/watch?v=Kdq4BcdLyU&t=65s Video: La situación de los adolescentes en Argentina https://www.youtube.com/watch?v=MpioM4aQD7M | Preguntas para finalizar la sesión ¿Se identificaron con algunos de los mitos y estereotipos hacia la otra población? Si hay respuestas afirmativas: ¿creen que esas ideas pueden variar? Diario de la experiencia ¹ : |

¹ El diario de la experiencia se trata de un documento que los estudiantes fueron completando sobre una PAM asignada durante la primera sesión. Para la sesión final, cada estudiante estará a cargo de entregar el diario de la experiencia a una de las personas mayores. Este diario se trabajará en todas las sesiones.

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> - Se realizó un conversatorio breve sobre lo que son los mitos y estereotipos. Cuando fue necesario la facilitadora intervino para esclarecer la definición. - Se presentó a las poblaciones los dos videos sobre mitos y estereotipos. - Se realizó el “emparejamiento” de PAM – Adolescente para sus diarios de la experiencia y expresión artística. | | <p>¿Cómo se sintieron en la primera sesión intergeneracional? ¿Qué fue lo que más les gustó? ¿Qué esperan para las próximas sesiones? Sus expectativas. ¿Cuáles son sus reflexiones después de observar los videos?</p> <p>Expresión artística²</p> |
|--|--|---|--|--|

² La expresión artística es la forma en la cual las personas mayores irán haciendo una recopilación de su experiencia. La idea es que al finalizar las sesiones, esta expresión artística sea entregada a cada uno de los estudiantes.

Tabla 7

Sesión virtual 2

| Nombre de la sesión: | | Habilidades de la vida diaria | | |
|---|--|---|--|---|
| Objetivo General | Al finalizar la sesión, las personas jóvenes estarán en la capacidad de aprender al menos una habilidad de la vida diaria. | | | |
| Objetivo Gerontológico | Visibilizar los aportes que las PAM realizan a la sociedad. | | | |
| Objetivos específicos | Contenido | Metodología | Recursos | Evaluación |
| Exponer dos habilidades consideradas de la vida diaria (cocina y costura). Identificar cuál de estas habilidades desea desarrollar el o la estudiante. Realizar un video en el cual se realice la habilidad identificada. | Habilidades de la vida diaria. Costura. Cocina. Aplicación del conocimiento. | En esta sesión los y las estudiantes tuvieron la oportunidad de aprender al menos una de las habilidades de la vida diaria, en este caso se trató de pegar un botón y estuvo a cargo de una PAM. Esta clase se llevó a cabo de manera sincrónica por medio de Zoom, los estudiantes tuvieron también sus materiales listos e iban siguiendo a Laura. La segunda parte de la sesión fue coordinada por Elena, quien quiso invitar a una persona a quienes ellas admiran mucho. En esta sesión nos acompañó el Dr. Luis Sánchez, <i>youtuber</i> con un canal de Quilting. El doctor habló a las personas participantes sobre sus inicios en la costura y la influencia de su abuela sobre su persona. | Dispositivo para grabar video. Dispositivo para reproducir video. Acceso a internet. Hilo, aguja y botón. | Para las personas mayores: ¿Cómo fue su experiencia de enseñar una habilidad de la vida diaria a personas jóvenes? A jóvenes: ¿Considera que el aprendizaje adquirido lo aplicará posteriormente? Diario de la experiencia Expresión artística |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | La facilitadora estará a cargo del proceso de coordinación, así como de evaluar el aprendizaje adquirido por parte de los y las jóvenes. | | |
|--|--|--|--|--|

Tabla 8*Sesión virtual 3*

| Nombre de la sesión: | Intercambio de conocimientos (parte I). | | | |
|---|---|--|--|--|
| Objetivo General | Al finalizar la sesión, las participantes adultas mayores estarán en la capacidad de aplicar habilidades tecnológicas y los y las jóvenes habilidades de danza. | | | |
| Objetivo Gerontológico | Propiciar la generatividad en las poblaciones participantes, contribuyendo al bien común de los y las demás. | | | |
| Objetivos específicos | Contenido | Metodología | Recursos | Evaluación |
| <p>Identificar los componentes de la herramienta tecnológica que las personas mayores desean aprender.</p> <p>Crear un manual de acuerdo con las necesidades tecnológicas expresadas por los mayores.</p> <p>Realizar una clase de baile a cargo de una persona adulta mayor.</p> | <p>Desarrollo de habilidades</p> <p>Tecnología</p> <p>Baile</p> | <p>En esta sesión se trabajó a partir de las necesidades de las personas adultas mayores. El primer aspecto para trabajar consistió en el uso de Zoom, para esto, fue responsabilidad de los jóvenes elaborar un manual para que las PAM pudieran compartir una imagen de su preferencia. Este manual fue presentado en la sesión sincrónica.</p> <p>Una de las PAM tenía a cargo realizar una clase de baile. Esto lo hizo por medio de un video el cual compartió por Whatsapp.</p> <p>Las personas jóvenes tuvieron como tarea grabarse realizando los pasos de baile que aprendieron y presentar la grabación por medio de Zoom, mientras que los mayores tuvieron como tarea repasar lo que</p> | <p>Computadoras o dispositivo móvil con acceso a internet</p> <p>Manual digital para compartir</p> <p>Canciones para la clase de baile</p> | <p>Para las personas mayores:</p> <p>¿Considera que el manual que se le facilitó es útil?</p> <p>¿Hay algún otro aprendizaje que le gustaría rescatar?</p> <p>Para jóvenes:</p> <p>¿Cuál considera que fue su mayor aprendizaje de la sesión el día de hoy?</p> <p>¿Se visualiza aplicando el aprendizaje en su vida cotidiana?</p> <p>Diario de la experiencia</p> <p>Expresión artística</p> |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | <p>aprendieron en la clase de tecnología.</p> <p>Durante esta sesión, una de las estudiantes tuvo un espacio para también enseñar baile. Su lección fue sobre <i>Belly dance</i>, se llevó a cabo de manera sincrónica y tanto las PAM como jóvenes iban siguiendo los pasos en vivo.</p> <p>Fue responsabilidad de la facilitadora anotar el tipo de interacción que se desarrolla en la plataforma virtual, así como el nivel de motivación de las personas participantes con respecto al aprendizaje de la nueva habilidad.</p> | | |
|--|--|--|--|--|

Tabla 9*Sesión virtual 4*

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| Nombre de la sesión: | Intercambio de conocimientos (parte II). | | | |
| Objetivo General | Al finalizar la sesión, las participantes adultas mayores estarán en la capacidad de practicar habilidades tecnológicas y los y las jóvenes habilidades de cocina. | | | |
| Objetivo Gerontológico | Propiciar la generatividad en las poblaciones participantes, contribuyendo al bien común de los y las demás. | | | |
| | | | | |
| Objetivos específicos | Contenido | Metodología | Recursos | Evaluación |
| <p>Revisar la tarea que se le había asignado a las personas mayores relacionado con el manejo de la tecnología.</p> <p>Repasar sobre algunas dudas que tenga la población mayor en relación con su el manejo de su dispositivo.</p> <p>Realizar una clase de cocina a cargo de una persona adulta mayor.</p> | <p>Reforzamiento de habilidades</p> <p>Tecnología</p> <p>Baile</p> | <p>Esta sesión se llevó a cabo por medio de Zoom y se dividió en momentos:</p> <p>Las personas jóvenes estuvieron a cargo de la primera parte de la sesión. Fue su misión revisar la tarea que le dejaron a las personas mayores sobre tecnología. Se retomó la actividad de compartir pantalla para que las PAM siguieran practicando.</p> <p>De manera sincrónica una de las PAM realizó la receta “Queque de banano”. Durante la sesión las personas adolescentes tenían a cargo seguir la receta.</p> <p>La facilitadora anotará el tipo de interacción que se desarrolla, así como el nivel de motivación de las personas participantes con respecto</p> | <p>Computadora o dispositivo móvil con acceso a internet.</p> <p>Canciones para la clase de baile.</p> | <p>Se realizarán las siguientes preguntas:</p> <p>¿Cómo aplicaría el aprendizaje obtenido en esta sesión a su vida?</p> <p>En una escala de 1 al 10, ¿cómo calificaría su aprendizaje? (El objetivo de esta pregunta es evaluar si hubo un aprendizaje real).</p> <p>Diario de la experiencia</p> <p>Expresión artística</p> |

| | | | | |
|--|--|---------------------------------------|--|--|
| | | al aprendizaje de la nueva habilidad. | | |
|--|--|---------------------------------------|--|--|

Tabla 10*Sesión Virtual 5*

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Nombre de la sesión: | Esparcimiento en línea | | | |
| Objetivo General | Al finalizar esta sesión, las personas adultas mayores estarán en la capacidad de interactuar de manera lúdica por medio de un espacio virtual. | | | |
| Objetivo Gerontológico | Promover el envejecimiento saludable por medio del aprendizaje de habilidades tecnológicas. | | | |
| | | | | |
| Objetivos específicos | Contenido | Metodología | Recursos | Evaluación |
| <p>Desarrollar nuevas habilidades tecnológicas.</p> <p>Aprender nuevas formas de esparcimiento.</p> <p>Intercambiar conocimiento sobre las distintas formas de interacción.</p> | <p>Interacción social</p> <p>Valores</p> <p>Tecnología</p> | <p>Esta sesión estará a cargo de la población joven.</p> <p>Utilizando la tecnología, desarrollaron un juego de ahorcado en línea en conjunto con la población mayor.</p> <p>Fue responsabilidad de los y las estudiantes explicar la forma en que dicho juego se llevó a cabo, así como la participación de las personas adultas mayores. En caso de ser necesario, el grupo se puede dividir en subgrupos.</p> <p>La facilitadora supervisó el proceso.</p> | <p>Computadora o dispositivo móvil con acceso a internet.</p> | <p>¿Cuál es el aprendizaje del día de hoy?</p> <p>¿Cuáles valores pudo ver reflejados en el juego?</p> <p>Diario de la experiencia</p> <p>Expresión artística</p> |

Tabla 11

Sesión Virtual 6

| | | | | |
|--|---|---|--|---|
| Nombre de la sesión: | Las experiencias de los encuentros intergeneracionales. | | | |
| Objetivo General | Al finalizar esta sesión, las personas participantes estarán en capacidad de reconocer los aprendizajes y experiencias obtenidos como producto de los encuentros intergeneracionales. | | | |
| Objetivo Gerontológico | Valorar los conocimientos y habilidades tanto de las PAM como de las personas jóvenes. | | | |
| | | | | |
| Objetivos específicos | Contenido | Metodología | Recursos | Evaluación |
| Identificar los aprendizajes obtenidos. Realizar una breve reflexión sobre los mitos y estereotipos. Realizar un cierre del proceso de encuentros intergeneracionales. | Habilidades Experiencias Mitos y estereotipos Cierre del proceso | Por medio de una sesión de Zoom, ambos grupos etarios se dispusieron a compartir sus experiencias finales. Hubo preguntas generadoras sobre los aprendizajes obtenidos, sobre si hubo cambios con respecto a los mitos y estereotipos que surgieron en un inicio. Un último momento estuvo dedicado a mostrar el producto terminado de lo que construyeron a lo largo del proceso intergeneracional y posterior a eso la despedida. La facilitadora desempeñó un rol de mediadora, promoviendo la participación y al final abriendo un espacio para mostrar el trabajado | Computadora o dispositivo móvil con acceso a internet. Diario de la experiencia. Representación artística. | ¿Cuál fue el aprendizaje más significativo que obtuvo de la experiencia? ¿Considera que hay algún aprendizaje que pueda aplicar a su vida? |

| | | | | |
|--|--|---------------------------------------|--|--|
| | | que han realizado durante el proceso. | | |
|--|--|---------------------------------------|--|--|

5.3.3 Descripción de las sesiones

Antes de la implementación de este proyecto se realizaron cuatro sesiones de prueba con las personas participantes, una con la población joven y tres con la población mayor.

La sesión con la población joven se llevó a cabo por medio de Zoom y se inició con una presentación por parte de la investigadora en la cual se les expuso lo que se proponía en cada una de las sesiones, así como la forma en que debían ir desarrollando el diario de la experiencia. También se comentaron algunos aspectos importantes a tomar en cuenta a la hora de preparar materiales para PAM, por ejemplo el tamaño de la letra, que los colores sean contrastantes, entre otros. Posteriormente los jóvenes comentaron las ideas sobre lo que querían enseñar sobre Zoom y cómo querían enseñarlo. Entre los adolescentes se asignaron las tareas que iban a asumir en las distintas sesiones. Esta sesión se llevó a cabo en un espacio de 25 minutos.

Con respecto a las sesiones de prueba con las PAM, las dos primeras se llevaron a cabo por medio de la sala de reuniones de Facebook,. De parte de la investigadora se trató de darles soporte vía telefónica mientras la reunión estaba en curso, dando las indicaciones para que se lograra la conexión, pero no fue posible que todas ingresaran a esta aplicación.

El tercer intento ya se llevó a cabo por medio de Zoom, se les pidió a quienes no tenían esta aplicación instalada que por favor la agregaran a sus dispositivos. En esta sesión ya se logró que todas estuvieran presentes, por lo que al igual que se hizo con los adolescentes, se dividieron las tareas que cada una asumió durante la implementación. También se aprovechó la sesión para compartirles el video sobre estereotipos hacia las personas mayores, ya que estaba en inglés con subtítulos y era importante saber si los podían leer y en general si lograban entender el video. Un aspecto importante es que a pesar de la pandemia, algunas de las personas mayores seguían considerando como una posibilidad la realización del proyecto de manera presencial, en la biblioteca.

Al finalizar las sesiones de prueba, tanto con adolescentes como con PAM, se acordó el horario más conveniente para la implementación del proyecto.

Una vez terminada esta sesión, se procedió a programar la primera sesión de la implementación.

Sesión 1

Esta sesión tuvo una duración de una hora y veinte minutos. La sesión inició con un poco de retraso debido a que algunas de las PAM tuvieron problemas para lograr la conexión, ese fue un asunto emergente. Mientras la investigadora llamaba vía telefónica a quienes aún no se conectaban, las mujeres mayores aprovecharon para conversar, ya que se conocen como compañeras de la Biblioteca. Mientras tanto las personas jóvenes se mantenían en silencio.

Una vez que todas las personas se conectaron, se inició con la presentación de las y los participantes, en general fue una presentación muy amena y excepto dos de los jóvenes que se notaron nerviosos, las demás personas se notaron tranquilas. Una vez presentadas, se hizo una rifa en la cual se puso en parejas a PAM y jóvenes, con el fin de que pudieran ir trabajando el producto final basados en las experiencias de cada sesión.

Posteriormente se inició con el tema que se eligió para trabajar en esta primera sesión: revisar si existen estereotipos de una generación hacia la otra.

A partir del análisis de esta sesión por medio del software ATLAS.ti se determinó que se presentaron diez de las doce categorías de análisis, y de esta la que más se mencionó fue estereotipos. Durante varios momentos de la sesión hubo interrupciones propias del uso de las TIC, por ejemplo que alguien apagó la cámara y no sabía cómo encenderla, o bien que apagaban el micrófono y luego querían hablar y no podían activarlo.

El intercambio de opiniones en el tema de estereotipos fue muy rico, tanto PAM como personas jóvenes participaron activamente.

Sesión 2

Esta segunda sesión tuvo una duración de una hora y veintiún minutos. Según el análisis hubo siete categorías presentes, siendo la más frecuente la subcategoría del legado.

Se trabajó el tema de habilidades de la vida diaria, por lo que una de las personas mayores impartió su clase sobre cómo pegar un botón. Durante la sesión hubo dudas por parte de los jóvenes ya que la mayoría de ellos no había realizado esta actividad con anterioridad. Tanto la persona encargada de impartir la clase como las otras compañeras atendieron dichas consultas. Al final todos mostraron cómo les quedó el botón y también compartieron su foto

por el grupo de WhatsApp. Los jóvenes tenían las cámaras encendidas durante las sesiones, así las personas mayores tenían la oportunidad de verlos y corregirlos.

En una segunda parte de esta sesión, se contó con la participación de un invitado, un médico y *youtuber* a quien las personas mayores conocían y admiraban mucho, ya que hace trabajos en quilting. Se coordinó la participación de esta persona con la ayuda de una de las PAM, también como tema emergente ya que no estaba contemplado en el planteamiento inicial. El doctor mostró sus trabajos y habló del legado, ya que aprendió a coser por la influencia de su abuela que le enseñó.

A partir de esta visita, cada persona tuvo la oportunidad de expresar sus propias experiencias sobre cómo ven el legado de personas mayores, familiares o no, en sus propias vidas.

Al finalizar, las PAM comentaron que les gustó mucho la sesión, y las personas jóvenes, aprovecharon para solicitarle a las participantes mayores su colaboración con unas palabras o un video dedicado a las personas mayores en general, esto en el marco de la semana de la persona adulta mayor y como parte de un trabajo que les solicitaron en el colegio, precisamente por ser partícipes de este proyecto, algunas de las PAM les enviaron sus audios en atención a la solicitud. La interacción es cada vez de mayor confianza.

Sesión 3

La tercera sesión tuvo una duración de una hora y treinta y tres minutos. En esta sesión hubo 7 categorías presentes, de ellas, la que más se presentó fue la de envejecimiento saludable.

Esta sesión tenía la primera parte a cargo de las personas jóvenes, quienes prepararon y compartieron una presentación en Power Point para explicar a las personas mayores uno de los aprendizajes de la sesión: compartir la pantalla en Zoom. Llamó la atención que cuando los estudiantes empezaron a exponer sobre cómo compartir pantalla, utilizaban un lenguaje común para ellos pero poco común para las PAM, por ejemplo: “mutear”, “panel”, “screen”, por lo que fue necesario pedir que aclararan la terminología para asegurarse de que todos comprendían sobre lo que estaban hablando.

Tras la presentación se pasó a la parte práctica, y cada persona mayor había elegido una fotografía de su galería para compartir. Fue un proceso muy enriquecedor ya que los jóvenes mostraron una gran disposición para enseñar a las personas mayores al tiempo que las PAM

se mostraban receptivas con las indicaciones que se les estaban dando. En esta primera práctica no todas lograron el objetivo.

Para la segunda parte, una de las personas mayores había enviado un video por WhatsApp antes de esta sesión, en la cual explicaba pasos de baile. Las personas jóvenes se grabaron realizando estos pasos de baile y aprovecharon esta segunda parte de la sesión para también compartir sus videos.

Finalmente en esta sesión, una de las jóvenes realizó una clase de *belly dance*, tanto las personas mayores como jóvenes seguían la clase y compartieron sus experiencias, ya que algunos de ellos ya habían tenido experiencia con este tipo de baile.

Esta fue una sesión muy interactiva. Al final afirmaron que les parecieron muy lindas las actividades, así como también se comprometieron a practicar lo aprendido. Conforme avanzan las sesiones hay un ambiente de mayor confianza, así como también de apoyo y empatía entre las personas participantes.

Sesión 4

Esta sesión tuvo una duración de una hora con veintiocho minutos. Se trabajó nuevamente en el tema del intercambio de conocimientos. Al inicio se observó en la grabación como una de las PAM estaba siendo asesorada por su hijo para voltear la cámara y poder así mostrar la clase de hacer ruedos, sin embargo, esta clase debió postergarse debido a que no dio tiempo. Seis de las categorías estuvieron presentes en esta sesión, siendo la más frecuente el uso de las TIC.

Se inició la sesión con un repaso de la clase anterior sobre compartir la pantalla por Zoom. Los jóvenes repasaron la enseñanza y quien no pudo compartir la sesión anterior pudo lograrlo en esta. También compartieron el video los jóvenes que habían quedado pendientes. Como parte de la interacción del grupo, se observa que hay más confianza, ya que incluso hacen bromas entre sí sobre las fotos que compartieron y evalúan el baile de los jóvenes.

La segunda parte de la sesión estuvo dedicada a la elaboración de una receta a cargo de una persona mayor. La indicación fue que todos los jóvenes fueran siguiendo la receta, la idea era que todos la fueran haciendo en vivo, sin embargo, solo dos de ellos prepararon los

ingredientes. Algunos indicaron no tener o no haber podido conseguir los ingredientes, pero se comprometieron a realizarla posteriormente.

En el caso de una de las jóvenes, era la primera vez que utilizaba el horno de la cocina, por lo que necesitó asesoría por parte de las participantes. También la mamá de la joven ayudó con el horno ya que no lo habían utilizado anteriormente, se trataba de un horno de gas.

La persona a cargo de explicar la receta fue muy detallada, lo que facilitó el aprendizaje. Posterior a esta sesión los dos jóvenes enviaron fotos sobre cómo les quedó el pan, y los compañeros también compartieron sus fotos después. Durante la receta, las demás adultas mayores también hicieron preguntas, es decir, aunque la sesión estaba dirigida principalmente para adolescentes, ellas también consultaron e hicieron sus anotaciones y recomendaciones.

También aprovecharon para felicitar a los jóvenes que hicieron la receta simultáneamente y hacían sus propias recomendaciones y aprovecharon para hablar sobre la importancia de cocinar y ser independiente. Esto muestra una buena dinámica grupal, hay cohesión de grupo y como se ha reiterado, también confianza.

Sesión 5

Nueve categorías estuvieron presentes en esta sesión, de las cuales la que más se presentó fue aprendizaje. Esta sesión se extendió por una hora y cuarenta y siete minutos.

Para esta sesión las personas jóvenes prepararon una actividad lúdica en línea, la cual consistió en un juego de ahorcado, pero utilizaron palabras que ellos consideraron de adultos mayores, en algunos casos eran palabras compuestas, y en otras palabras de cosas antiguas. Al inicio de la sesión no estaban preparados con el juego, y las personas mayores indicaron que no podían ver a los participantes. Entonces se les explicó que podían pasar la pantalla para ver a los participantes, pusieron en práctica la enseñanza y se emocionaron con la misma.

Los adolescentes presentaron la opción de realizar su actividad (El juego ahorcado) por diversión o en competencia, las PAM decidieron que sería más divertido hacerlo por competencia. Jugaron personas jóvenes contra personas mayores. Fue una sesión de muchas risas.

Durante esta sesión, el joven que estaba compartiendo la pantalla con la presentación se desconectó repentinamente. Debido a que no se conectaba pronto, se aprovechó el momento para retomar la clase de pegar hacer un ruedo que estaba pendiente. Nuevamente las personas jóvenes tenían sus materiales preparados para ir siguiendo los pasos. Para los jóvenes, se introdujo un tema que desconocían: “hilván”. Al igual que en las otras actividades, las personas participantes se ayudaban entre sí, indicaban otras maneras de hacer la costura o cómo se les podría facilitar hacer la puntada.

Durante el momento que se dedicó a la enseñanza del ruedo, el estudiante que se había desconectado regresó, por lo que se pudo terminar el juego.

La última palabra de este juego fue muy significativa: “Las queremos”. La reacción de las personas mayores fue muy entusiasta y se mostraron agradecidas. Al final de la sesión expresaron que el juego estuvo muy bueno, entretenido e incluso se expresó que estaba bonito para jugarlo con los nietos. También se rescató la importancia del apoyo por parte del equipo, aspecto muy importante para una buena dinámica grupal.

Sesión 6

En esta sesión se identificaron seis de las categorías de análisis; la más común fue el aprendizaje. La sesión tuvo una duración de una hora y veintitrés minutos.

Los primeros comentarios giraron en torno a qué lástima que ya llegaba el final, lo que muestra que hubo satisfacción por parte del grupo al realizar este proyecto.

Iniciaron las personas mayores, mostraron lo que hicieron, cada una con sus propias manos, un recuerdo para los jóvenes. Cada presentación de este producto terminado iba acompañada de lo que para ellas significó la vivencia de este proyecto.

Posteriormente los jóvenes compartieron por medio de su pantalla el diario de la experiencia. En este diario incluyeron parte de sus experiencias en cada sesión, lo hicieron de manera digital e incluyeron fotografías de los trabajos realizados. Vale decir que este material también fue analizado.

Para finalizar, la investigadora realizó una presentación de cierre, en la cual incluyó frases de cada uno de los participantes y que fueron significativas para el proyecto. También se presentó a las personas mayores el video que las personas jóvenes realizaron en el marco del día de la persona adulta mayor. La realización del video por parte de los estudiantes fue muy significativa para las participantes.

Se aprovechó esta sesión para explicar la actividad de evaluación, la cual se realizó por medio de Google Forms.

En esta etapa de cierre las poblaciones se mostraron complacidas. También ambas partes estuvieron de acuerdo en que este tipo de actividades se sigan replicando en la Biblioteca.

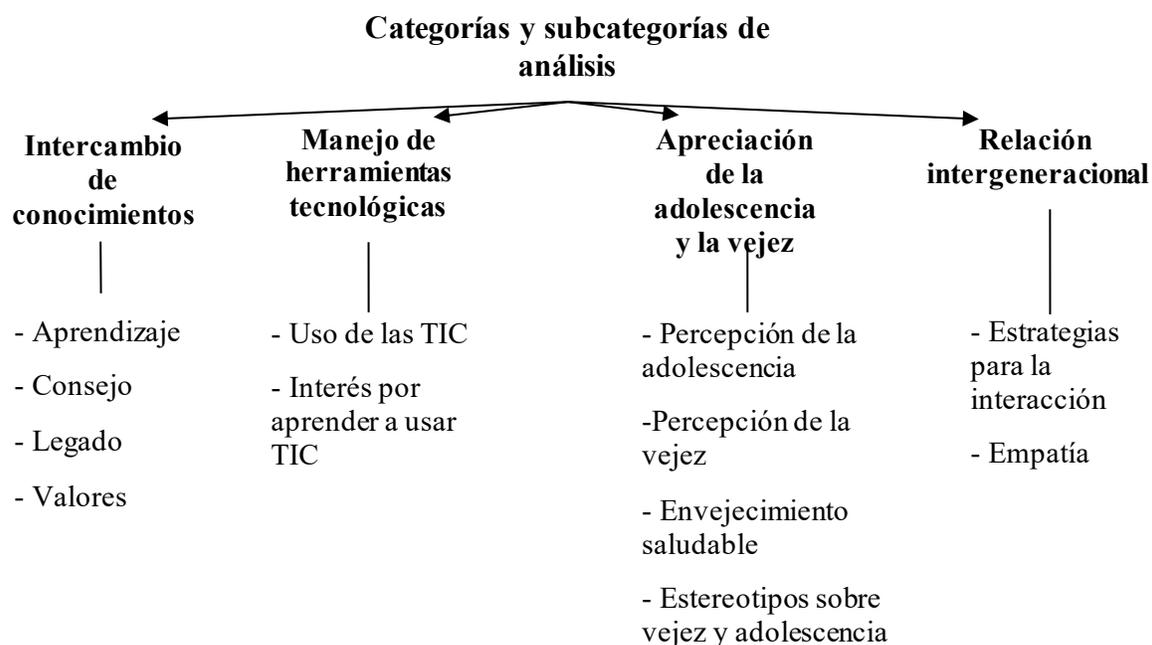
La investigadora se encargó de recoger lo que las personas mayores hicieron y se lo entregó a la orientadora del colegio. También imprimió los diarios de la experiencia y se los hizo llegar a las personas adultas mayores.

5.4 Las reflexiones de fondo: Descripción y análisis de las categorías

Antes de iniciar con la descripción y el análisis de las sesiones, es preciso aclarar la forma en que se presentará la información.

Como se mencionó en un capítulo anterior, se utilizó el software ATLAS.ti para el análisis de datos. Los videos de cada sesión se incluyeron en el software. Se contaba con un total de 8 horas y 40 minutos de video, se observaron todos los videos y se identificaron unidades de sentido, así como ideas que se repetían, luego se agruparon las escenas que presentaban contenidos similares, a partir de cada agrupamiento se crearon subcategorías de análisis y finalmente las subcategorías se subsumieron en categorías más amplias.

Luego se codificó todo el material para finalmente organizar la información en categorías y subcategorías de análisis como se muestra a continuación:

Figura 2*Categorías y subcategorías de análisis*

Fuente: Creación propia

Se presenta el análisis realizado para cada una de estas categorías: se define cada categoría y subcategoría, y posteriormente las frases más relevantes son analizadas a la luz de la teoría.

5.4.1 Intercambio de conocimientos

El intercambio de conocimientos es el producto de la interacción que se produce entre las generaciones. Tal y como lo indica De la Villa (2017) los programas intergeneracionales son un medio para el intercambio de recursos y aprendizajes entre generaciones, de ahí se desprende esta importante categoría, la cual consiste en la reciprocidad propia del encuentro intergeneracional. Las PAM enseñaban parte de sus conocimientos en costura y cocina al mismo tiempo que aprendían sobre el manejo de algunas herramientas tecnológicas.

Este intercambio se da de manera bidireccional entre adolescentes y personas adultas mayores, y también hay intercambio de conocimiento dentro de las mismas generaciones,

ya que se observó que por ejemplo una misma tarea puede ser realizada de diferentes maneras, así que tanto adolescentes como PAM se apoyaban entre sí.

Esta categoría está conformada por cuatro subcategorías. La primera de ellas es el aprendizaje, ya que surge como producto del intercambio de conocimientos y se describe a continuación.

5.4.1.1. Aprendizaje

El aprendizaje se entiende en este proyecto como una herramienta de utilidad para resolver necesidades, en la cual la idea es poner en práctica lo aprendido (Acero-Pereira et al., 2018); se llevó a cabo en un contexto no formal y consistió en la adquisición de un nuevo conocimiento o habilidad por medio de la experiencia y la puesta en práctica de este. Ambas poblaciones expusieron una habilidad que dominaban con el fin de que la otra parte la aprendiera.

La subcategoría de aprendizaje fue la que se identificó con mayor frecuencia durante las sesiones. Esta subcategoría se identificó un total de 27 veces en todo el material revisado, incluidos los trabajos del “Diario de la experiencia”. Solo no se registró esta subcategoría en la segunda sesión.

Algunas de las frases que más llamaron la atención son las siguientes:

“Quería comentar así, algo rápido y muy simple. Bueno me sirvió mucho aprender a pegar el botón porque hace dos días ayudé a mi abuela a pegar un botón” (Sara, 17 años, sesión 3).

Sara mencionó cómo ya pudo poner en práctica el aprendizaje adquirido, su comentario fue muy positivo tanto para ella como para las PAM, quienes la felicitaron por dicha acción. Se puede ver reflejado en este comentario lo mencionado por Krauskopf (1999) sobre la caracterización de adolescentes, ya que la autora menciona que se da un interés por nuevas actividades, así como la exploración de capacidades personales. Este interés ha llevado a las personas adolescentes participantes a prestar atención a una actividad que en su mayoría no tenían conocimientos previos, y a ponerla en práctica en su vida diaria, ya que hicieron

comentarios como que es importante aprender estos aspectos básicos de costura porque a veces se les cae un botón del uniforme y no saben cómo resolverlo.

Otra frase en el tema de aprendizaje fue mencionada por Nela (17 años, sesión 6):

Realmente considero que fue lo mejor, no pensé que iba a aprender tanto, que iba a poder poner en práctica todo eso, realmente creo que como la parte de la costura jamás lo había puesto en práctica y ya lo he hecho varias veces después de que ustedes nos lo enseñaron, también la parte de la cocina jamás había horneado entonces creo que fue mi primera vez y no fue tan mala, logré hacerlo con ayuda.

Nela menciona tanto el aprendizaje de la costura como el de la cocina, ambas habilidades que puede aplicar en su vida diaria y que propician sobre todo una vida independiente. En el caso específico de ella, en su familia no habían utilizado nunca el horno de la cocina, la cual era de gas, así que también recibió ayuda en ese aspecto, es decir, el aprendizaje fue mayor y significativo, porque aprendió haciendo.

Este aprendizaje se relaciona con lo mencionado por De la Villa (2017) sobre los beneficios propios del intercambio intergeneracional, que se dan a nivel individual: lo aprendido puede generar en Nela sentimientos positivos como la satisfacción y autorrealización; y también se pueden dar a nivel social: se está formando una persona autónoma.

Se rescata también lo mencionado por Eva (68 años, sesión 4) “*Yo ya lo apunté todo y quiero hacerlo [haciendo referencia a la receta], lástima que no me ven pero sí lo voy a hacer si Dios quiere, y la felicito*”.

Eva tenía la cámara frontal de su teléfono dañada. Sin embargo eso no fue impedimento para participar activamente. Como se había mencionado al inicio, el aprendizaje no solo se dio entre una generación y otra, si no dentro de los mismos grupos etarios. En este caso, Eva mostró mucho interés en la receta realizada por Soledad y se mostró empática. Castro-Rojas, (2018) hace referencia a que la interacción social y el intercambio de experiencias fomentan la empatía, tal y como puede observarse en el caso específico de estas dos personas mayores.

No solo mostraron interés en el trabajo que presentaban las otras, sino que también se ayudaron entre sí, como se puede leer en esta frase de Laura (64 años, sesión 5) “*Tiene que quitar el dedo de debajo cuando mete la aguja, pasarla con cuidado de que no se punce*”.

Este acompañamiento que se daban entre sí facilitaba el proceso de aprendizaje de las y los adolescentes, ya que no existe una única forma de aprender, así que al explicarse un procedimiento de diferentes maneras era más posible que le lograra el objetivo, además de evitar salir lastimados.

Esta subcategoría muestra más allá del aprendizaje, el cual por las frases que se rescataron se puede observar que sí se dio. Muestra no solo un aprendizaje práctico o algo de momento, más bien, es algo para la vida, que se puede aplicar en cualquier momento y que sobre todo propicia una vida independiente.

También se aprecia en este tema la sororidad que existió entre las mujeres adultas mayores, la ayuda, el interés que mostraron por lo que exponían sus pares y por complementar lo que decían, de manera que el conocimiento que compartían fuera más significativo.

La segunda subcategoría que destacó en el intercambio de conocimientos es el consejo.

5.4.1.2 Consejo

El consejo se entiende como el acto de “decir a alguien que algo es bueno o beneficioso para él” (Real Academia Española, n.d., definición 1). Es importante mencionar que esta subcategoría se dio sobre todo de las personas adultas mayores hacia las adolescentes, consiste en brindar una opinión, basadas en su propia experiencia, sobre distintos temas y maneras de afrontar la vida.

Partiendo de este concepto, se exponen a continuación las frases más significativas relacionadas con este tema:

Quiero decirle a los muchachos, si les sirve esta experiencia, a mí me ha ayudado mucho, porque a veces uno por estar buscando lo que no tiene no disfruta lo que tiene, entonces ahora son adolescentes, disfruten de la adolescencia sin estar pensando tanto o mucho o sobre todo en lo que les hace falta, hay que hacer lo que hay que hacer pero hay que disfrutar de este momento (Soledad, sesión 1).

Basada en su experiencia de vida, Soledad brinda este consejo a los y las jóvenes. Sin duda, el consejo es una de las formas en que las PAM pueden proyectarse a la comunidad, es

educar para la vida como se había mencionado en el apartado de envejecimiento saludable. En esta frase sale a relucir nuevamente la empatía, esta vez no entre pares, sino intergeneracional. Hay deseos positivos hacia la otra generación, para que vivan su vida de la mejor manera.

Eva también quiso aconsejar a las personas adolescentes, basada también en su propia experiencia de vida y su vivencia de la etapa adolescente: *“Hay que pedir permiso e irse con alguien mayor que ustedes chicos, ¡oyeron! Porque ahora la cuestión está muy muy triste, ahora una bebida, le ponen algo y ya lo desconectan a uno entonces hay que ponerse vivo”* (Eva, sesión 2).

Eva menciona la diferencia entre el momento histórico actual y cuando ella era adolescente, y afirma que ahora está *“muy triste”*, haciendo referencia a que ahora le parece que es más peligroso, y de ahí surge el consejo.

Con respecto a esto, Nela (Diario de la experiencia) escribió: *“Me gustó que nos dieron consejos desde el día 1”*. Se nota en esta frase corta que valora el hecho de haber recibido consejos. Retomo a Krauskopf (1999) quien afirma que en la etapa tardía de la adolescencia hay una mayor preocupación por lo social. Los consejos que se mencionaron anteriormente tienen que ver con lo social y tienen también que ver con lo personal, se rescata la empatía intergeneracional y el deseo de bienestar hacia el otro, así como la aceptación y la escucha activa de los consejos por parte de la población joven.

5.4.1.3 Legado

El legado se relaciona con lo indicado por Pinazo (2012), eso es la perpetuidad tanto de conocimientos como de valores a las futuras generaciones, aquello por lo que una persona desea ser recordada. Puede ser material o inmaterial, es decir, puede ser un objeto, o puede estar relacionado con la actitud, enseñanzas y forma de vivir.

Con respecto a esta subcategoría, Sara (17 años, sesión 2) menciona lo siguiente:

Tengo un tío al que le gustaba mucho la cocina, entonces este, a mí me gustaba mucho ir con él, acompañarlo a sus cursos de cocina que tenía, además que ahí aprendí el amor al dulce que tengo y también a la cocina.

En este caso, Sara compartió su experiencia sobre cómo nace su gusto por la cocina y las cosas dulces y lo relacionó con un tío quien ya falleció, pero lo que ella más recuerda de él y trata de mantener está relacionado con el legado, precisamente esa perpetuidad de conocimientos mencionada por Pinazo (2012).

Otra frase relacionada fue dicha por Nela (17 años) en su Diario de la experiencia: “*Yo deseo dejar un legado inmaterial, que los demás sepan que nunca será tarde para aprender y emprender*”. Esta frase es muy significativa por varias razones. La primera por el hecho de que Nela haya logrado identificar y pensar sobre su propio legado. La segunda, relacionada con la primera, es que logró verse en la vejez y también cómo quiere ser vista, que este sin duda es uno de los beneficios de los encuentros intergeneracionales, va más allá del intercambio de experiencias y conocimientos, permite también que las poblaciones jóvenes piensen sobre su propia vejez y cómo quieren ser vistos, y con esto se combate el edadismo y se fomenta la comprensión para con las otras generaciones (Pinazo y Sánchez, 2005).

En este proyecto en específico, las PAM sirvieron de modelo para las personas jóvenes: todas estuvieron dispuestas a aprender al participar en los encuentros intergeneracionales y se mostraron con total apertura a la propuesta que les hicieron. También hubo emprendedoras: Eva realiza artesanías y antes de la emergencia pandémica se presentaba en ferias a vender sus productos, mientras que Elena realiza trabajos en costura y quilting. Estas historias fueron compartidas durante las sesiones

Las personas jóvenes no fueron las únicas que lograron identificar un legado, por ejemplo, Laura (64 años, sesión 2) hizo el siguiente comentario cuando se hablaba sobre este tema: “*Yo de mi mamá y de mi abuela el que me guste coser y bordar. Hay una tía, tenía, que según mi mamá bordaba precioso esa tía*”. Por medio de las actividades que realiza hoy en día, Laura es consciente de que honra el legado, en este caso de su madre y de su tía. De esta manera también se piensa en lo propio, en lo que ella quiere transmitir y cómo lo está haciendo.

5.4.1.4 Valores

La definición de valores se toma de Rokeach (citado por Noriega et al., 2017, p.6) e indica lo siguiente: “creencias prescriptivas y duraderas acerca de formas específicas de conducta o estados de existencia que son personal y socialmente preferibles”. Esta subcategoría tiene que ver con las actitudes de las personas y lo que es importante para ellas, por ejemplo la responsabilidad, la honestidad, el respeto, entre otros.

Dentro de las frases mencionadas está por ejemplo la de Ben (17 años, Diario de la experiencia): “*Entre todas se ayudaron, y ese era un objetivo, de jugar en equipo*”. En este caso, Ben pudo observar solidaridad entre las PAM, un comportamiento sano en el juego que practicaron de manera virtual, nuevamente sale a colación la empatía que existe entre las personas mayores, la mayoría de las participantes ya se conocían, compartían un espacio de aprendizaje, sin embargo, por medio de los encuentros intergeneracionales se conocieron un poco más y se dan cuenta que comparten muchos valores, como se puede ver en la siguiente frase.

“*Que sigan adelante, que no aflojen y que siempre se respeten mucho*” (Margarita, sesión 2). Aunado con el consejo, los valores morales salían a relucir de manera más común en las PAM, de parte de ellas siempre existieron buenos deseos hacia las personas adolescentes, y estos buenos deseos estaban llenos de valores. Dentro de los que más se repitieron fueron la honestidad y el respeto. Es preciso mencionar que esta subcategoría surgió como emergente, ya que los valores fueron mencionados repetitivamente durante la sesión diagnóstica.

Cada una de estas subcategorías contribuyen a que en efecto se realice un intercambio de conocimientos, que es uno de los resultados intrínsecos de los programas intergeneracionales. Como se pudo leer, no solo hay conocimientos en este intercambio, es posible adquirir aprendizaje para la vida, se transmiten también valores, legado y consejo. Esta reciprocidad genera confianza en las personas participantes, lo cual es muy importante para la siguiente categoría: el manejo de herramientas tecnológicas.

5.4.2 Manejo de herramientas tecnológicas

La categoría manejo de herramientas tecnológicas se refiere a la utilización de las aplicaciones tecnológicas requeridas para la participación en el proyecto, se parte desde la conexión a internet y aplicaciones específicas hasta un uso aceptable de las mismas.

Como punto de partida se establecen un manejo básico, el cual por medio de los encuentros intergeneracionales mejora a partir de la práctica y de la enseñanza que las personas jóvenes transmitieron a las PAM y el intercambio social entre ambos grupos.

Esta categoría está compuesta por dos subcategorías.

5.4.2.1.1 *Uso de las TIC*

Se comprende el uso de las TIC (Tecnologías de la Información y la Comunicación) como el manejo de aplicaciones que permiten la comunicación a distancia, así como la interacción sincrónica y asincrónica. Como lo indica Castro-Rojas (2018) las TIC facilitan el acceso a oportunidades de aprendizaje, ese fue el caso específico de este trabajo.

Dado que los encuentros intergeneracionales se llevaron a cabo en la modalidad virtual, las alusiones a esta categoría fueron frecuentes. En total se contabilizó su presencia en 12 ocasiones. Algunas de las frases más relevantes fueron las siguientes:

“¡Ay qué corrongada! Uno por miedo de que se le apague no lo hace.” (Marisol, 62 años, sesión 4). Esta frase surgió posterior a que se les mostrara a las PAM a cambiar de pantalla mientras estaba la reunión de Zoom. Esto emocionó a Marisol, ya que además de ver a la persona que hablaba, pudo ver a todos los participantes de la sesión. Tanto PAM como adolescentes se conectaron en su gran mayoría desde un teléfono celular, y a diferencia de cuando una persona se conecta desde una computadora, solo se pueden ver a todos los participantes si se cambia la pantalla principal.

Retomo a Castro-Rojas (2018) cuando indica que las PAM tienen la capacidad de incluir las TIC en su vida diaria. En el caso específico de Marisol, y también en el de las demás personas mayores participantes, existía un interés por aprender a utilizar la herramienta, esto

les permitió por supuesto participar en el proyecto, y también pueden ser partícipes de múltiples charlas y cursos, incluso la misma biblioteca de la cual forman parte, ha implementado esta modalidad durante la pandemia.

Otra frase que es representativa dado que refleja lo dicho por varias de las participantes mayores en el proyecto es: *“No puedo con este [celular] otro modelo me quedo sentada sin ver nada, me come la tecnología [...] por dicha está la nieta aquí que me ayuda”* (Eva, 68 años, sesión 4). Lo que más resalta de esta frase es la ayuda recibida, en el caso de Eva por parte de su nieta, en otros casos por parte de sus hijos, quienes debido a la circunstancia de la pandemia estaban en casa y ayudaban a sus familiares a lograr la conexión.

Esta circunstancia es un indicador de que las personas mayores participantes cuentan con redes de apoyo, quienes facilitaron la conexión a las reuniones de Zoom. En los videos incluso se pudo observar cuando estaban ayudando a conectar el audio o a darle vuelta a la cámara de manera que les fuera más fácil realizar la clase y lo que iban a presentar. Es importante resaltar el apoyo familiar como un factor clave en el aprendizaje y el uso de las TIC por parte de personas mayores. Es un recurso que se debe incentivar, capacitar y en caso de que no exista buscar alternativas comunitarias o institucionales.

Finalmente, en esta subcategoría, la frase de Jose (18 años, sesión 5) llamó mucho la atención porque rompe mitos: *“Me gustó bastante la presentación de Zoom, yo aún sigo aprendiendo de la tecnología, y me falta mucho para aprender de la misma”*. Con esta frase se derriba un mito. Como se pudo leer en los resultados del diagnóstico, las PAM en general opinaron que la tecnología es un tema que la población joven domina, con el comentario de Jose se puede notar que esto no necesariamente es cierto.

Además de haber innovaciones y actualizaciones tecnológicas constantemente, y al igual que otras habilidades, el uso de las TIC requiere de práctica. Durante la presentación que Jose realizó del juego en línea se cometieron errores, y de ahí surge su comentario sobre la necesidad de seguir en constante aprendizaje, así muestra a las PAM que ellos como personas jóvenes no dominan todo sobre la tecnología y se ubica en una posición de equidad, de aprendiz.

5.4.2.2 Interés por aprender a usar TIC

Según se indica en la intervención de aprendizaje realizada por Castro-Rojas (2018) las PAM tienen disposición y capacidad de incluir las TIC en su vida diaria. En este caso específico, el interés por aprender se vio reflejado en la motivación de poder por ejemplo abrir los enlaces que se les enviaron para integrarse a la sesión de Zoom. Esta subcategoría se presentó en las PAM únicamente, ya que fueron ellas quienes desde la sesión diagnóstica mostraron interés por aprender sobre esta área. Fue la subcategoría menos frecuente, presentándose en total 4 veces durante toda la intervención.

Dentro de las frases más significativas se encuentra lo mencionado por María (76 años, sesión 1) *“Pero así, sin verme, ¿o cómo hago? Prendo la camarita”*. Desde la sesión 1, María mostró su interés por aprender a utilizar mejor la herramienta Zoom y no dudaba en solicitar ayuda. Durante este proyecto, fue la única PAM que no contaba con apoyo de otra persona que le ayudara a conectarse y tampoco con una red de Wifi, lo que provocaba que su conexión fuera inestable. A pesar de estas circunstancias, María no se dio por vencida y aunque no pudo participar de todas las sesiones, siempre estuvo al tanto de lo que estaba pasando y elaboró el producto final para la persona adolescente. También estuvo atenta a la información que se compartió por medio del WhatsApp.

Con respecto a esta subcategoría se rescata también la siguiente interacción: Marisol (62 años): *“Doña Laura era a las 3 no a las 4”*. Laura (64 años): *“Díay perdonen pero yo le estaba dando donde decía conecte el audio y conecte el audio y nada que me salió [...] ahí disculpen pero la tecnología, no soy muy buena para la tecnología”* (Sesión 2).

Aunque el retraso no fue tan significativo como en tono de broma lo mencionó Marisol, sí hubo un retraso de unos 15 minutos por parte de Laura en esta sesión, y el retraso se debió a que no podía conectar el audio. A pesar de tener esta dificultad, Laura no desistió, lo que mostró su interés por participar en la sesión y por aprender a utilizar la aplicación.

Continuando con Laura (64 años, sesión 4), se rescata la frase *“¡Ay! Siempre tengo que andar buscando ayuda porque cambié de teléfono y entonces es peor la cosa”*. Sale a relucir, al igual que en la categoría anterior, el apoyo recibido por la mayoría de las PAM de parte

de las personas cercanas. En el caso de Laura y también de Marisol, sus hijos (adultos jóvenes) se encontraban en casa debido a la pandemia y les ayudaban a lograr la conexión.

En este sentido, las mismas personas mayores catalogaron como un aspecto positivo de la pandemia, el hecho de tener a personas en casa, cerca de ellas, que ayudaron a lograr la conexión y el uso de las TIC, una red de apoyo social.

5.4.3 Apreciación de la adolescencia y la vejez

Al trabajar con dos grupos etarios diferentes, es importante conocer tanto cómo se observan las personas a sí mismas y también cómo perciben al otro grupo. Por esta razón se crea esta categoría, con la finalidad de conocer percepciones, partiendo del hecho de que ambas etapas forman parte del ciclo vital y que constituyen una continuidad, con cambios propios de cada etapa como el momento sociohistórico, el contexto y la cotidianidad de cada persona. (Uribe y Dulcey Ruiz, 2002).

Esta categoría se dividió en cuatro subcategorías.

5.4.3.1 Percepción de la adolescencia

En esta subcategoría interesa conocer esta percepción por parte de todas las personas participantes, y dado que se trató de un proyecto virtual, se retoma a Fernández y Gutiérrez (2017) quienes indican que las personas jóvenes construyen sus valores, actitudes y preferencias a partir de su entorno digital. ¿Qué dijeron al respecto de esta etapa las personas involucradas?

La adolescencia es muy diferente para cada uno, porque antes la gente iba digamos a los ríos en lugar de ir a un mall o a un lugar de esos, porque antes los ríos eran más limpios, bueno eso no importa, además de que nosotros vamos a llegar la etapa de ser ancianos por decirlo así, y que nos va a parecer incorrectas las cosas que están viendo las nuevas generaciones (Sara, 17 años, sesión 1).

Se retoma la importancia del tema del momento histórico. Al igual que lo mencionó Eva anteriormente, Sara también reconoce que hay diferencias que son propias del pasar del

tiempo: las actividades y los intereses que tenían las PAM en su época adolescente son distintas, porque las opciones que existen en la sociedad e incluso en el mercado, también lo son.

Las PAM también se refirieron a la etapa adolescente:

La adolescencia es la edad más bonita que uno tiene, pero no la sabe aprovechar muy bien. Porque es en la época en donde se debe aprender, y aprender bien y tener muchas experiencias bonitas, no tanto experiencias feas, y aprovechar esa época, es la época más bonita que hay, se los digo yo (Laura, 64 años, sesión 1).

Laura habla con la propiedad de una persona mayor que ya pasó por la adolescencia, también habla con el objetivo de dar consejo, invita a experimentar de manera sana, *bonita*, para que disfruten de la que ella cataloga como la etapa más bonita. Se observa también como Laura aprovecha esta oportunidad en la que habla sobre la adolescencia para también aconsejar, las categorías no se presentaron de forma aislada, sino que más bien se entrecruzan entre sí.

Ora frase que se menciona con respecto a la apreciación de esta etapa fue *“Yo quiero poner mucho esfuerzo para mejorar y crecer espiritualmente, moralmente y en mi carácter de una forma responsable, ese es un objetivo muy grande que tengo a largo y corto plazo”* (Jose, 18 años, Diario de la experiencia).

Esta forma de percibir la adolescencia llama la atención, porque es precisamente una época de construcción y definición como personas. Jose expresó cómo desea vivir esta etapa y las siguientes al hablar del largo plazo. También muestra un poco lo heterogéneos que pueden ser los discursos de las personas jóvenes (Fernández y Gutiérrez 2017), mientras Sara hacía referencia a las diferencias entre adolescentes y PAM, se podría decir que Jose más bien habla de similitudes, va más allá de gustos y se centra en aspectos que bien pueden ser compartidos por ambos grupos.

De esta manera, se puede observar que la percepción de la adolescencia puede variar entre las personas, independientemente de la etapa del ciclo vital en la cual se encuentren, y que esta percepción está influenciada por el momento histórico en el cual se desarrolla una persona. Ahora, se analiza la percepción de la vejez durante este estudio.

5.4.3.2 Percepción de la vejez

Esta tiene que ver con la impresión que tienen las personas participantes en el proyecto con la etapa de la adultez mayor.

La primera frase que se trae a colación fue mencionada por Elena (71 años, sesión 1):

Mientras haya un espíritu alegre y positivo nunca se es viejo, porque eso depende de la mentalidad de uno, o sea la edad, para mí la edad no cuenta, lo que cuenta es ser uno positivo, alegre, y realizar las cosas hasta donde se puedan.

Elena se centra en los aspectos positivos de la adultez mayor. A partir de su vivencia de esta etapa, ella está trascendiendo el modelo decremental como lo mencionaban Lombardo y Krzemien (2008) y se centra más bien en lo que sí puede hacer, en su forma de ver y vivir la vida que al final es un aspecto de personalidad no influenciado por la edad. También toma en cuenta los límites al mencionar que las cosas se hacen hasta donde se pueda. Tener consciencia de los límites es también un aspecto positivo en la medida que representa autoconocimiento y autocuidado.

Marisol (62 años, sesión 4) también se refirió de manera muy positiva a esta etapa: *“Nosotras somos como esos árboles... preciosas”*. Esta frase surgió cuando estaba compartiendo su pantalla con una imagen que le gustaba, mostró un árbol y de ahí surgió la comparación. Ella se percibe a sí misma preciosa, a ella y a sus compañeras adultas mayores.

Las personas adolescentes también compartieron su percepción con respecto a las PAM. Nela (17 años, diario de la experiencia) anotó lo siguiente: *“No dudo ni un segundo en que todas ustedes tienen la completa capacidad de accionar y aprender algo nuevo cada día”*. Al igual que las frases mencionadas por las PAM, esta persona adolescente presenta una visión muy positiva sobre la adultez mayor, en la cual resaltan las capacidades de las personas mayores y se enfatiza en el aprendizaje.

A partir de la vivencia de estos encuentros intergeneracionales, Nela pudo comprobar que las PAM son capaces de aprender algo nuevo cada día.

Por su parte, Jose (18 años, diario de la experiencia) comentó lo siguiente: *“Si me cuido y me esfuerzo, mis habilidades no se perderán, sino que aumentarán y serán más finas o*

mejores en el futuro”. Si bien es cierto no se puede saber lo que el futuro deparará, sí quedó claro en este proyecto que la vejez se construye desde mucho antes, con el esfuerzo continuo en cada una de las etapas previas, de manera que las habilidades pueden mantenerse e incluso mejorar a lo largo de la vida.

En general se puede decir que la percepción de la vejez de las personas que participaron en los encuentros intergeneracionales es muy positiva. Esto puede deberse a que las participantes son activas e independientes, además con una gran disposición para aprender y socializar, lo cual hizo que el proceso de la investigación fuera fluido y enriquecedor para todas las personas involucradas.

5.4.3.3 Envejecimiento saludable

El envejecimiento saludable según la OMS (2015, p.30) es: “el proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez”. Se parte de esta definición para citar las frases más significativas de esta subcategoría.

Al respecto, Eva (68 años, sesión 1) menciona lo siguiente:

Me parece a mí que uno tiene que estar activo siempre, ya sea bailando, ya sea caminando, ya sea yendo a hacer mandados, qué se yo, hay tantas cosas. Mientras uno esté bien, mientras Diosito lo tenga a uno bien, sin ningún padecimiento, diay uno tiene que ponerse las pilas verdad, no importa la edad que tenga uno.

Según se indica en un concepto más amplio que brinda la OMS (2015) del tema envejecimiento saludable, se derivan otros conceptos como la capacidad funcional y el bienestar. A su vez el bienestar incluye aspectos como la felicidad, la satisfacción y la plena realización. Para Eva, bailar es felicidad, por eso lo menciona, y es sin duda una actividad que le permite estar en movimiento, que le permite “ponerse las pilas” como ella lo menciona, en el sentido de que el baile colabora con el auto cuidado.

De eso se trata el envejecimiento saludable, no es igual a la ausencia de enfermedad, si no a la capacidad de realizar aquellas actividades que brinden bienestar.

Otra frase relacionada con este tema fue mencionada por Ben (17 años, diario de la experiencia) *“Ellas definitivamente son personas que nunca se dan por vencido. Que siempre quieren aprender un poco más. Y mejorar en sus vidas. Ellas me ayudan a aprender de que la vida realmente no se basa en una edad”*.

El hecho de que las PAM se sientan bien consigo mismas, se sientan realizadas, hermosas, ha servido de ejemplo para que Ben aprenda que la vida no está determinada por el número de la edad, y a la vez, para que pueda tener una experiencia cercana sobre lo que significa el envejecimiento saludable.

5.4.3.4 Estereotipos sobre vejez y adolescencia

Se consideran estereotipos aquellas creencias o pensamientos que se generalizan con respecto a una población en específico, en este caso a las personas adultas mayores y adolescentes. Durante la implementación de los encuentros intergeneracionales, esta subcategoría apareció un total de 10 veces. Se presentan a continuación algunos ejemplos.

“Seguro dicen los chiquillos qué señoras más lerditas” (Soledad, 64 años, sesión 1). Durante la primera sesión, Soledad no estaba al tanto de que ya algunos de los adolescentes se habían conectado, cuando se dio cuenta, hizo el comentario citado. El comentario surgió en el marco del inicio de la sesión, cuando algunas de las PAM estaban teniendo problemas para conectarse.

En este caso, ella estaba reforzando un estereotipo sobre sí misma y sobre su grupo etario. Se podría decir que es un estereotipo validado socialmente, decir que adolescentes son buenos pero las PAM no, o que las PAM son lentas en general. Sin embargo, a partir de estos encuentros intergeneracionales, mostraron que cuando hay interés también pueden aprender utilizando medios tecnológicos o cualquier otra herramienta.

Sara (17 años, sesión 1) por su parte mencionó un estereotipo en contra de las personas jóvenes: *“Una vez yo fui a una fiesta con mi abuela, y me llegó una señora y me dice: “Usted sí es valiente porque los adolescentes ya ni se atreven a venir con los ancianos”*”. Al respecto, Pérez y Orosa (2014) mencionaban en su estudio cómo las PAM consideraban que

había poca escucha y aceptación de la experiencia de los mayores por parte de las personas jóvenes.

Con la experiencia compartida por Sara, este estereotipo se hace extensivo, es decir, otras PAM lo comparten, sin embargo, no es real o no en todos los casos; esta es una característica de los estereotipos que consisten en generalizaciones sobre grupos particulares. Se ha visto como la vivencia de la etapa adolescente es heterogénea, y en este caso Sara comentó como ella por lo general acompaña a su abuela a distintas actividades, no por valentía, sino porque es algo que normalmente hace.

Continuando con el tema de estereotipos Marisol (62 años, sesión 5) menciona la siguiente frase *“Ah pero es que a ellos les va a costar mucho [...] mejor así sencilla como nunca cosen”*, esto lo mencionó cuando estaba enseñando a hacer un ruedo. Si bien es cierto la mayoría de las personas jóvenes no había realizado alguna actividad relacionada con la costura previamente, uno de ellos afirmó que él sí tenía alguna experiencia. La afirmación se considera un estereotipo debido a la generalización que se hace, asumiendo primero que les va a costar mucho aprender, y segundo que es una actividad que nunca realizan.

Tal y como se pudo observar en esta subcategoría, los estereotipos también se dan de manera bidireccional: las PAM tienen ideas estereotipadas sobre los jóvenes y a la inversa. También pueden darse sobre el mismo grupo etario.

La categoría sobre la apreciación de la adolescencia y la vejez deja en general afirmaciones muy positivas sobre ambas etapas, se considera que los participantes fueron respetuosos durante los encuentros intergeneracionales y además empáticos para con la otra generación. Aunque hubo algunas ideas estereotipadas, las mismas fueron en su mayoría desmentidas, esto gracias a la activa participación de las personas involucradas en el proceso.

Se continua ahora con el análisis de la última categoría, la relación intergeneracional.

5.4.4 Relación intergeneracional

Newman y Sánchez (2007) definen la relación intergeneracional como cualquier interacción que pueda producirse ya sea entre personas o grupos de distintas generaciones. En este caso

se trata de dos grupos de personas, uno de adolescentes y el otro de PAM, quienes llevaron a cabo los encuentros intergeneracionales e interactuaron por medios virtuales.

La relación intergeneracional fue la segunda categoría con mayor presencia en esta investigación y se divide en las siguientes dos subcategorías.

5.4.4.1 Estrategias para la interacción

Se le llamó estrategias para la interacción a esta categoría, debido a que a pesar de que la intervención se llevó a cabo en la modalidad virtual, en algunas ocasiones tanto PAM como jóvenes hicieron alusión a lo interesante que hubiera sido en modalidad presencial.

Pedro mencionó *“Espero que haya algún momento o algún punto en que se pueda hacer de manera física para sacar a bailar a Eva que le gusta mucho”* (17 años, sesión 1). Durante la presentación Eva menciona que le gusta bailar, y a varias de las personas jóvenes también les gusta, por eso hablan sobre la posibilidad de realizar un encuentro presencial en algún momento. Lastimosamente, debido a la pandemia ese encuentro no fue posible.

En una sesión posterior Eva (68 años, sesión 5) menciona lo siguiente *“No nos hemos tratado pero nos caen muy bien todos y todas”* a lo que Soledad (64 años, sesión 5) responde *“Cómo que no nos hemos tratado, tenemos un montón de estar hablándonos”* *“No pero así de frente”* dijo Eva. La investigación se llevó a cabo de manera exitosa, se contó con la participación activa tanto de las PAM como jóvenes y se considera que los resultados fueron positivos. Sin embargo, al parecer el contacto cara a cara hizo falta. Poder bailar como lo hubiera querido Pedro, o tratarse de una manera más personalizada como lo mencionó Eva.

Continuado con esta idea, Sara (17 años) escribió en su diario de la experiencia: *“usted se vio y es una persona amable y dulce, lástima que vino la pandemia, me gustaría conocerla en persona”*. A pesar de que quizá hasta ahora queda el deseo por parte de ambos grupos etarios de conocerse personalmente, se debe enfatizar también en lo ventajoso que resultó el uso de las TIC como estrategia de interacción.

Castro Rojas et al. (2018), mencionaba las oportunidades de aprendizaje como uno de los beneficios de las TIC para las PAM. En esta investigación el uso de la tecnología permitió

no solo a las personas mayores sino también a las jóvenes, participar en actividades de aprendizaje. Ambos grupos etarios lograron aprender cosas nuevas sin la necesidad de desplazarse y por lo tanto poner en riesgo su salud. Por supuesto el aprendizaje queda, de manera que posteriormente se puedan conectar también con amistades o incluso continuar la comunicación con las personas jóvenes, ya que como se leerá en la siguiente subcategoría, hubo empatía entre los grupos participantes.

5.4.4.2 Empatía

La empatía es parte de los apoyos emocionales según Naciones Unidas (2003) y tiene que ver con la preocupación por el otro, o en este caso específico, con la comprensión que un grupo etario mostró hacia el otro, también con el vínculo que se crea entre ambas poblaciones participantes.

Algunas de las frases más significativas en esta investigación, relacionadas con la empatía son: *“Uno vive en la época de uno, digamos que uno critica a los adolescentes de ahora, y a uno lo criticaron cuando era adolescente”* (Laura, 64 años, sesión 1). Esta frase es muy representativa porque abarca el significado de la empatía.

Laura recuerda las críticas que ella misma recibió cuando era adolescente, habla de las diferencias del momento histórico e incluso se incluye en el grupo de personas que critica a los adolescentes. En la frase hay comprensión de las diferencias, esas diferencias que posiblemente lleven a las personas a realizar críticas sobre aquello que no conocen. Vale decir, durante la intervención, no hubo críticas por parte de ninguna de las personas participantes.

Otra frase en esta subcategoría fue mencionada por Blas (17 años, Diario de la experiencia) *“La verdad es que fue muy divertido ver como las compañeras adultas jugaban con nuestras palabras”*. Esta frase hace referencia al juego de ahorcado que tuvieron en la quinta sesión. Acá ambos grupos se mostraron empáticos ya que trataban de dar pistas a los otros, también disfrutaron mucho, lo que hizo que la actividad fuera realmente lúdica.

La última frase que se retoma fue mencionada por Jose: *“Yo soy muy parecido a usted con respecto a las actividades, y me gusta mucho hacer de todo lo que puedo, ya sea dibujar, tocar música, hablar diferentes idiomas y bailar”* (18 años, Diario de la experiencia).

En este caso, Jose se compara con Eva, una de las personas mayores, busca las similitudes entre ambos y las encuentra. Es empático con las actividades que ella realiza e indicó que también disfruta del baile, la mayor pasión de Eva. Ambos comparten el gusto por realizar diferentes pasatiempos.

A partir de estas frases, se considera que se alcanzó uno de los objetivos implícitos de los encuentros intergeneracionales: que las generaciones puedan verse identificadas con la otra, que haya solidaridad intergeneracional como lo mencionaba Alfaro (2009) y por supuesto que sean más empáticas entre sí.

A nivel general, las categorías y subcategorías han mostrado los puntos en común de ambas generaciones, lo que es más relevante es que son muchos más los puntos de encuentro que las diferencias. También se ha demostrado que cuando hay interés por aprender no hay barreras ni de edad, ni tecnológicas, que lo impidan.

Este análisis también fue enriquecedor en la medida que se contrastó con la teoría y se validaron los hallazgos, o en el caso de los estereotipos, se desmienten algunos o se comprueban otros.

5.5 Evaluación del proyecto: análisis de los resultados

El paso de evaluación se llevó a cabo por medio de la aplicación Google Forms. Las doce personas que participaron en el proyecto completaron la encuesta, sin embargo, hubo algunas preguntas que no fueron respondidas, en este caso se desconoce la razón. Es decir, pudo ser porque se hayan “saltado” la pregunta o porque prefirieron no responder.

Esta encuesta de evaluación constó de un total de diez preguntas cerradas, en las cuales tenían cuatro opciones de respuesta: completamente de acuerdo, de acuerdo, en desacuerdo y completamente en desacuerdo. Además se incluyeron 6 preguntas abiertas (para mayor detalle, revisar el Anexo 4).

Las respuestas a todas las preguntas cerradas se ubicaron en las categorías Completamente de Acuerdo y De Acuerdo. En general, lo que se evaluó por medio de este instrumento fue:

1. La satisfacción con el proceso.
2. El aprendizaje obtenido.
3. La pertinencia de la intervención.

Se presenta a continuación una tabla en donde se muestran los resultados obtenidos a partir de las preguntas cerradas:

Tabla 12

Resultados de la primera parte de la encuesta de evaluación.

| | Pregunta | Completamente de acuerdo | De acuerdo | En Desacuerdo | Completamente en Desacuerdo |
|---|---|---------------------------------|-------------------|----------------------|------------------------------------|
| 1 | ¿Considera que los contenidos abordados en las sesiones fueron apropiados? | 11 | 1 | 0 | 0 |
| 2 | ¿Considera que puede integrar espacios lúdicos a su vida utilizando la tecnología? | 7 | 4 | 0 | 0 |
| 3 | ¿Se sintió respetado(a) y valorado (a) en todo momento? | 12 | 0 | 0 | 0 |
| 4 | ¿Considera que tuvo la oportunidad de aprender algo nuevo? | 9 | 3 | 0 | 0 |
| 5 | ¿Considera que adquirió un aprendizaje que puede aplicarlo a la vida? | 11 | 1 | 0 | 0 |
| 6 | ¿Considera que el manejo del proyecto por parte de la facilitadora (Ivannia) fue adecuado (por ejemplo si el número de sesiones, el tiempo dedicado a cada sesión | 10 | 2 | 0 | 0 |

y las actividades fueron adecuadas)?

| | | | | | |
|----|--|----|---|---|---|
| 7 | ¿Se siente satisfecho(a) con el producto final entregado? | 11 | 1 | 0 | 0 |
| 8 | ¿Se siente satisfecho(a) con el producto final recibido? | 12 | 0 | 0 | 0 |
| 9 | ¿Considera que tener contacto con la población adolescente/mayor fue enriquecedor? | 9 | 3 | 0 | 0 |
| 10 | En el futuro me gustaría tener más contacto con personas adolescentes/mayores. | 12 | 0 | 0 | 0 |

A partir de los datos arrojados en esta tabla, se afirma que la experiencia de quienes participaron en estos encuentros intergeneracionales fue muy positiva. Como se ha leído, el tema de valores fue un emergente en este proyecto, el hecho de que todas las personas se hayan sentido valoradas y respetadas tiene que ver con la importancia de los valores para las participantes.

Las otras dos respuestas que tuvieron mayor aceptación debido a que todos marcaron “Completamente de acuerdo”, tienen que ver con el producto recibido, es decir, con el Diario de la Experiencia que realizaron las personas jóvenes, y lo que elaboraron con sus manos las PAM. Sin duda esto vino a rescatar y objetivar la experiencia vivida en todas las sesiones. La otra respuesta tiene que ver con la posibilidad de relacionarse nuevamente con poblaciones ya sea mayores o adolescentes, todos respondieron afirmativamente, lo que habla muy bien del proyecto.

Por su parte, la pregunta en la que menos personas indicaron estar “Completamente de acuerdo” fue la relacionada con incluir un aspecto lúdico a la vida mediado por la tecnología. Aunque todas las respuestas son positivas, al parecer las personas no están completamente convencidas de ello, en este caso específico 3 personas jóvenes y una mayor indicaron solo estar “De acuerdo”. Las personas jóvenes tienen mayor familiaridad con videojuegos u otras actividades en línea, por lo que probablemente prefieran esa modalidad a la que se practicó durante la implementación de este proyecto.

Con respecto a las preguntas abiertas, se rescatan a continuación algunas de las frases más significativas. Se inicia con lo dicho por la población joven, en este caso la encuesta se realizó de manera anónima, por lo que no se incluye el nombre de quien mencionó la frase.

Una de las respuestas que se obtuvo ante la frase “Considera que el contacto con las PAM fue:” “De mucha importancia, ya que ellas nos recordaban cosas importantes como persona que no debemos olvidar, el enriquecimiento en sabiduría de parte ellas fue lo mejor”. Con esta frase, se refuerza uno de los estereotipos que gira en torno a la población mayor y es que son personas sabias, pero se rescata también otra de las categorías analizadas que surgió como emergente: el consejo, ya que según se indicaba en esta definición se trataba de “decir a alguien que algo es bueno o beneficioso para él” (Real Academia Española, n.d., definición 1).

Las personas mayores compartieron sus experiencias de vida y con esto aprovechaban para dar consejo a las jóvenes, siempre en un marco de respeto y tomando en cuenta los valores como base para aconsejar. Ante esta actitud también predominó el respeto y la escucha por parte de la población joven.

Otra frase que llamó la atención es la siguiente: “Pensaba que entre más pasaba el tiempo todas las habilidades que tiene uno se perdían. Pero ahora sé que se pueden mantener y hasta mejorar”. El tema del envejecimiento saludable no se vio de manera explícita en esta intervención, sin embargo, esta frase coincide con lo establecido por la OMS (2015) en este tema, ya que se trata de mantener las capacidades durante a adultez mayor. Las PAM participantes sin duda indujeron a esta frase.

Sobre los beneficios de participar en el proyecto, la mayoría de los jóvenes recalcó el aprendizaje obtenido, que fue desde las habilidades de la vida diaria hasta la importancia de los valores. El aprendizaje sin duda fue uno de los objetivos de este proyecto, en el sentido de que al haber intercambio de experiencias surge el conocimiento. Se puede decir que el objetivo se cumplió.

Por parte de las PAM, las frases que más llamaron la atención son las siguientes.

En la pregunta sobre si existen algunas creencias que antes tenía y que cambiaron con estos encuentros intergeneracionales, una de las participantes mayores respondió: “Si. Claro porque uno cree que los muchachos están en su mundo y que se van a estar acordando o preocupando por el adulto mayor y es comprensible Y con las cosas bellas que ellos nos aportaron hasta me hicieron llorar de gestos tan especiales que tuvieron con nosotros”.

Como se ha observado en este proyecto, uno de los propósitos de los programas intergeneracionales es derribar mitos y estereotipos, sin embargo la mayoría de los trabajos se centran en los estereotipos que los jóvenes tienen con respecto a las PAM, excepto Pérez y Orosa (2014) quienes también rescataron los de las personas mayores hacia los jóvenes, como en este caso. Esta frase es muy significativa en la medida que representa un cambio, un trascender del estereotipo a una posición de mayor empatía y comprensión.

Otra de las frases se relaciona con los beneficios de participar en el proyecto, a lo que una de las personas mayores respondió: “Más comunicación no temer a la tecnología”. Este también fue un propósito de este proyecto, y como se ha mencionado, en concordancia con Castro-Rojas (2018), si existe interés por parte de las PAM, están en capacidad de aprender. Así se mostró en el transcurso de las sesiones, incluso cuando durante una sesión una de las participantes no pudo compartir pantalla pero lo logró en la siguiente.

Siguiendo con el tema de la tecnología, con respecto a la pregunta sobre si este aspecto facilitó el proceso o más bien se consideraba como una limitación, la mayoría indicó que facilitó el proceso debido a la pandemia, pero también anotaron que les hubiera gustado conocerlos personalmente. Debido al momento histórico, la posibilidad de realizar el proyecto en la modalidad virtual fue la mejor opción para prevenir contagios, además de las

limitaciones en movilidad que existían en ese momento, pero queda quizá el sinsabor de haber podido conocerse personalmente y sobre todo, haber podido realizar el baile en vivo.

Se considera que la evaluación de este proyecto fue positiva ya que hubo aprendizaje, se rompieron estereotipos y la percepción que una generación tiene sobre la otra mejoró. Se espera que estos insumos sean tomados en cuenta por las instituciones que abrieron las puertas para que este proyecto se pudiera realizar, de manera que lo puedan seguir abriendo espacios en donde las personas jóvenes y mayores tengan la oportunidad de intercambiar sus experiencias.

CAPITULO VI: DESDE LA GERONTOLOGÍA

En este capítulo se hace referencia a la experiencia de la estudiante durante el proceso de investigación acción realizado.

En primer lugar, se parte de la psicología como referencia debido a que es la carrera base para posteriormente abordar también el rol y la labor de la persona profesional en gerontología de manera interdisciplinaria.

6.1 Psicología y Gerontología

Desde el posgrado en Gerontología de la Universidad de Costa Rica, se inculca que esta disciplina es un complemento a la carrera base de cada estudiante. Partiendo de esta premisa, se aborda a continuación cómo la psicología y la gerontología pueden unirse, de tal manera que se le brinde a la persona de cualquier edad una atención integral, tomando en cuenta los aspectos cognitivos y sociales que intervienen en su desarrollo.

Se parte de una rama de la psicología que ya une a estas dos disciplinas: la psicogerontología, la cual apunta aspectos muy importantes que contribuyen al bienestar de las personas adultas mayores, por ejemplo, se promueve el bienestar emocional en el proceso de envejecimiento, así como también se trabaja en la promoción de la salud cognitiva.

Según indica Dolores-Dagnino (2013) desde la psicogerontología se busca, entre otras cosas “promover las habilidades sociales, la participación y el compromiso social” (p.237). Todos estos aspectos son fundamentales para trabajar los encuentros intergeneracionales, es decir, no cabe duda de que se promueven las habilidades sociales por medio de la interacción entre las personas adultas mayores y jóvenes, también la participación en este caso específico la participación colaborativa entre ambas poblaciones, y por supuesto también existe un compromiso social de una generación hacia la otra, enmarcada por una parte en el deseo de forjar una mejor generación y por otra de ayudar a enseñar habilidades tecnológicas.

Otro aspecto que se trabaja desde la psicogerontología es la creación de ambientes amables y estimulantes. En el caso específico de esta investigación, este ambiente fue virtual, y al igual que en sesiones presenciales, se procuró que fuera un ambiente de respeto en el cual se estimulara el intercambio de experiencias.

También se puede agregar como uno de los objetivos de la psicogerontología, concientizar y sensibilizar a las personas de todas las edades, sobre la necesidad de realizar un abordaje integral de las personas adultas mayores. Tal y como lo indica Dolores-Dagnino (2013) es preciso tomar en cuenta aspectos como los estilos de vida y variables de personalidad dado que estos se relacionan directamente con la satisfacción con la vida en la vejez. Es aquí donde nace la necesidad de realizar ese abordaje integral, así como de la sensibilización, todo esto con el fin de trabajar desde la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad.

Una vez abordada de manera breve cómo es que la psicología y la gerontología se unen para trabajar objetivos comunes de ambas disciplinas, ahora se pasa al rol del profesional en gerontología y algunos de los ámbitos de acción que se desarrollaron en este proyecto.

6.2 Rol del profesional en Gerontología

El rol de la persona profesional en Gerontología tiene muchas aristas, es decir, puede desempeñar una gran cantidad de funciones. Una de ellas es la de investigación, la cual es atinente al trabajo actual; también se puede desempeñar de manera profesional realizando trabajos en distintos ámbitos e interdisciplinariamente en conjunto con otros profesionales.

A continuación, se abordan algunos de estos campos de acción que están relacionados con la experiencia particular de este trabajo.

6.2.1 Profesional en Gerontología como investigador(a)

Tal y como se ha mencionado anteriormente, existe un incremento de la población adulta mayor a nivel mundial, este fenómeno también existe en la cultura costarricense. Este hecho justifica la necesidad de generar nuevos conocimientos por medio de investigaciones, tanto para poder comprender a la población adulta mayor como para incidir en las decisiones que se tomen con respecto a la misma, partiendo por supuesto de su realidad y particularidad.

Un aspecto importante sobre la forma en que deben ser realizadas las investigaciones en Gerontología, es que sean interdisciplinarias. De esta manera, el entendimiento sobre la población, así como los conocimientos generados serán integrales.

La investigación en Gerontología permite por ejemplo conocer las condiciones de vida de las personas adultas mayores y por ende, realizar una intervención adecuada tanto a nivel individual como comunitario y cultural.

En el caso específico de este trabajo, los conocimientos generados por medio de los encuentros intergeneracionales les permitieron a ambas poblaciones acercarse, conocerse e incluso romper mitos y estereotipos que existían previo al comienzo de la investigación.

6.2.2 Profesional en Gerontología como promotor de derechos de las personas adultas mayores

Las personas adultas mayores al igual que las de cualquier otra edad, son sujetas de derecho. Es deber del profesional en Gerontología velar porque estos derechos se cumplan. Para esto, es preciso conocer la Ley 7935: Ley integral para la persona adulta mayor, vigente en Costa Rica desde el año 1999 y la Ley 9394: Convención Interamericana sobre la protección de los Derechos de las Personas Mayores, ratificada en nuestro país en el 2016.

Por otra parte, más allá de velar por el cumplimiento de la ley, también es preciso participar de manera activa en la creación de este tipo de leyes, proyectos y políticas generadas que se

relacionen con la población adulta mayor. En este punto, se hace necesario nuevamente el trabajo interdisciplinario.

De manera más específica y relacionado con la investigación que aquí se desarrolla, el o la gerontóloga pueden trabajar en la promulgación de los derechos tal y como se indica en el Capítulo I, Artículo 3 de la Ley 7935 (Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica, 1999). Este artículo que trata sobre los Derechos para mejorar la calidad de vida, indica en dos de sus incisos primero el derecho al acceso a la educación, en cualquiera de sus niveles, y segundo la promoción de la participación de las personas adultas mayores en actividades recreativas, culturales y deportivas.

Al tratarse este proyecto de encuentros intergeneracionales cuyo objetivo general radica en el intercambio de conocimientos y experiencias, se promueve el derecho de las personas adultas mayores a la educación, en este caso no formal, ya que adolescentes estuvieron a cargo de facilitarles conocimientos centrados en la tecnología. También se promueve la participación de las personas mayores en la sociedad por medio del conocimiento que ellas pueden transmitir.

En esta área de promoción de los derechos de las personas adultas mayores, se hace necesario el trabajo conjunto con profesionales del área legal. Para cerrar se mencionan a Kohn et al., (2019), ellas hacen un llamado a gerontólogos(as) y abogados(as) a trabajar juntos, de manera irónica estas autoras citan a Cohen: autor en jefe de *The Gerontologist* quien dijo las siguientes frases: "la ley y el envejecimiento son demasiado importantes para dejarlos a los abogados" y "la investigación, el lenguaje y el análisis de los abogados son demasiado importantes para ser ignorados por los gerontólogos" (p.98).

6.2.3 Gerontólogo como promotor de la salud integral

Retomar las distintas dimensiones que componen a un ser humano es una labor básica en el quehacer gerontológico. Como profesional de esta disciplina, no se podría realizar una valoración enfocada únicamente en la salud física, o bien, enfocada solo en la profesión base.

Bermejo (2009) hace énfasis en que cada vez más la salud se enfoca menos en lo biológico para dar espacio a toda la persona. El autor menciona una salud holística, la cual incluye la salud física, mental, relacional, espiritual y emocional. Todos estos aspectos conforman a una persona. Además, es preciso contemplar las diferencias culturales con respecto al concepto de salud o de estar bien.

Debido a la importancia que se ha comprobado que tiene para las personas adultas mayores, no se podría ser promotor de la salud sin tomar en cuenta el área espiritual, la cual tiene que ver con un sentido de bienestar, es decir, un sentimiento de armonía integrada que se genera a partir de la relación de una persona consigo misma, con otras personas, con el orden natural y con un ser superior (Benavent, 2013).

El área de salud mental es también muy importante y como se ha indicado en este trabajo, esta área se ve beneficiada cuando se habla de la intergeneracionalidad. Murayama et al., (2015) menciona por ejemplo que personas adultas mayores que habían participado en programas intergeneracionales, vieron fortalecido su sentido de vida además de haber mejorado también su sentido de generatividad, ambos aspectos relevantes para la salud mental.

Todos estos aspectos relacionales son tomados en cuenta por el profesional en Gerontología cuando se realiza una valoración a una persona adulta mayor. De esta manera se promueve la salud integral, retomando las distintas dimensiones en el entendido de que si una de estas dimensiones no está bien, es posible que las otras se vean afectadas. Este pensamiento sistémico es parte de esta disciplina (Rendón-Macías et al., 2016).

CAPÍTULO VII: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1 Conclusiones

Tras realizar un análisis de las principales ideas expuestas durante la intervención, se llega a las siguientes conclusiones:

El diagnóstico permitió conocer a la población que participó en el proyecto antes de iniciar, tener un primer acercamiento, pero además, permitió conocer cuáles eran sus intereses y sus necesidades. Al trabajar a partir de lo que las PAM y jóvenes propusieron, se garantizaba en alguna medida su participación activa y un interés genuino por aprender y enseñar lo que querían.

Para el diseño fueron tomadas en cuenta las ideas que surgieron del diagnóstico, tratando de concretar un poco más en la forma para que los encuentros intergeneracionales fueran significativos y tomando en cuenta la variante de pasar de un proyecto planteado inicialmente presencial a uno 100% virtual. Si bien es cierto el diseño sufrió cambios, fue nuevamente gracias a las ideas iniciales de las personas participantes que el diseño se pudo llevar a cabo.

Con respecto a la implementación, se concluye que las sesiones de práctica fueron fundamentales, sobre todo con las PAM. Se convocó a tres sesiones de práctica, dos por medio de la herramienta de Salas de Facebook. No todas pudieron conectarse a este medio, por lo que la tercera convocatoria fue por Zoom. No hubiera podido garantizarse la participación de todas las personas mayores sin antes haber practicado por acá. La ayuda que recibieron desde sus hogares también fue muy importante. Para los jóvenes, esta herramienta ya era familiar.

Sobre la evaluación, es un paso indispensable en cada trabajo que se realice. Permite observar los puntos de mejora y reforzar aquellos que más gustaron que mayor enseñanza tuvieron durante la implementación. En el caso específico de este trabajo, la evaluación permitió comprobar que se derribaron algunos estereotipos con respecto a la edad, esto sucedió en ambas generaciones. Se concluye también que en general hubo satisfacción con los encuentros intergeneracionales y que se generó conocimiento.

Desde la Gerontología, se considera que una de las funciones de esta disciplina debe estar centrada en este tipo de experiencias, es decir, en promover el intercambio entre generaciones, ya que así se genera conocimiento a raíz del intercambio por lo que los participantes se benefician y también, implícitamente, se genera un sentido de empatía y comprensión hacia la otra generación, aspectos que pueden ayudar a construir una sociedad que tome en cuenta a todas las edades.

Ahora bien, con respecto a las categorías de análisis, este trabajo ejemplifica las premisas del aprendizaje a lo largo de la vida. La implementación de este proyecto permitió comprobar que se pueden descubrir y explotar nuevas capacidades independientemente de la edad. Un factor que sin duda propició el aprendizaje en este trabajo fue el hecho de aprender haciendo, la práctica tanto de las habilidades tecnológicas como de costura y cocina les permitieron a las personas participantes adquirir un conocimiento más significativo, así como uno aplicable para la vida, es decir, no se trató de algo académico, sino de habilidades prácticas.

En este tema del aprendizaje, se encontró también que hubo acompañamiento y empatía. Todas las personas estaban interesadas en que las demás también aprendieran, explicaban una misma actividad de diferentes maneras y en general se preocupaban por la otra persona. Lo cual subraya la relevancia de propiciar espacios de aprendizaje conjunto y estrategias para fomentar el aprendizaje colaborativo.

Con respecto al uso de las TIC se notó que existe cierta inseguridad e incluso miedo por parte de las PAM al momento utilizar la aplicación Zoom. Se requiere de práctica para poder realizar un uso adecuado de esta y otras herramientas tecnológicas, no solo por parte de las PAM sino también de la población joven, ya que debido a los rápidos avances en esta área, todos estamos en constante aprendizaje independientemente de la edad. En este sentido, se debe pensar en estrategias de inclusión digital para personas de todas las edades que permitan el disfrute pleno de todos sus derechos, así como el aprovechamiento de los beneficios de las TIC.

La pandemia por Covid 19 provocó que este proyecto, planteado inicialmente en la modalidad presencial, tuviera que trasladarse a la modalidad virtual. La situación pandémica también propició que las PAM contaran con personas cercanas en su hogar que fueron un

gran apoyo al momento de conectarse, estas personas les ayudaron a lograr la conexión por medio de Zoom y a manejar aspectos básicos de la aplicación. Este fue un aspecto muy positivo tanto para el proyecto como para las personas mayores participantes. Consecuentemente parece necesario capacitar y apoyar a las familias y círculos cercanos de las PAM para que éstas a su vez puedan acompañar de manera adecuada a las PAM en su proceso de aprendizaje y uso de las TIC.

En general, se considera que la percepción de la vejez por parte de las personas que participaron en el proyecto fue positiva, además de lograr hacer una diferenciación muy importante: la vejez es diferente al número de años cumplidos, ya que por el hecho de ser PAM no se definían a sí mismas como viejas. El hecho de que las mujeres adultas mayores que formaron parte de los encuentros intergeneracionales fueran activas e independientes, y además con una gran disposición de aprender, sin duda contribuyó a reforzar esta imagen positiva.

En el tema de la adolescencia, al igual que se da en el envejecimiento, se determinó que hay heterogeneidad de pensamientos, hay muchas formas de ser adolescente y de ser mayor. No todos los adolescentes mostraban interés en los mismos temas, había a quienes les gustaba bailar y mostraron un video más largo, mientras que a otros no les gustaba por lo que pasaron un video muy corto, esto es solo un ejemplo, el cual aplica también para la población mayor, quienes mostraban intereses en actividades distintas.

Con respecto a los estereotipos, si bien es cierto que se mencionaron algunos, lo que se notó es que estos no existen solo de una población hacia la otra, sino que existen estereotipos dentro de los mismos grupos etarios y, por tanto, contribuyen a reforzarlos. Es un tema que da para un estudio por sí solo. Sin embargo, se evidencia la necesidad de construir espacios en los que las personas puedan interactuar con otras de todas las edades de manera segura y solidaria. También se evidencia la necesidad de trabajar en la deconstrucción de estereotipos desde diversos escenarios como la familia, el hogar, centros educativos, medios de comunicación.

En cuanto a las relaciones intergeneracionales es importante mencionar que las personas valoran las relaciones positivas, independientemente de la edad, más bien apreciando las relaciones entre seres humanos. También los consejos brindados fueron aceptados por la

población joven, mostrando escucha y agradecimiento por este gesto por parte de la población mayor.

La población joven tuvo por medio de estos encuentros intergeneracionales, vivencias sobre el significado del envejecimiento saludable, ya que todas las personas mayores se mostraron plenas y con un sentido de bienestar. Esto les permitió a los jóvenes observar que se puede aprender a lo largo de la vida, y que el aprendizaje como tal no está asociado a la edad.

Finalmente, se rescata de este estudio que la empatía entre las generaciones participantes resultó un factor primordial, dado que posibilitó que la interacción se mantuviera en un marco de respeto y disposición de ayuda. También fue interesante notar cómo descubrieron similitudes en aspectos como el gusto por el baile y la realización de actividades de diversa índole.

Estos encuentros intergeneracionales en la modalidad virtual cumplieron el objetivo primordial: que PAM y jóvenes tuvieran la oportunidad de intercambiar sus conocimientos, de acuerdo con sus habilidades e intereses. Ambos grupos tuvieron una participación activa, mostraron interés tanto hacia el proyecto como hacia las otras personas y lograron un aprendizaje que será útil para sus vidas, por lo cual se considera que impactó positivamente a las personas que participaron en el mismo.

7.2 Recomendaciones

Tras revisar y analizar con detenimiento el trabajo realizado, se proponen las siguientes recomendaciones:

Crear espacios en las comunidades para que PAM y jóvenes puedan interactuar e intercambiar conocimientos. Este espacio que se creó gracias a la colaboración del COTEPECOS y la Biblioteca Tulio Perlaza fue muy valioso. Se considera que ambas instituciones podrían aprovechar la cercanía así como los contactos para continuar con la implementación de esta iniciativa.

También sería muy interesante revisar la oferta de la Biblioteca para las PAM, de manera que se puedan incluir áreas temáticas o de interés para los hombres y así contar con la participación de ambos géneros en futuros encuentros, de hecho esta fue una recomendación que se hizo en la evaluación del proyecto por parte de una de las personas jóvenes. Para conocer temáticas que puedan atraer a la población masculina, se recomienda realizar un proceso diagnóstico con el fin de conocer los intereses y necesidades de los hombres mayores y no partir de ideas preconcebidas asociadas a los roles de género.

Además, Centros Diurnos, Hogares de larga estancia e instituciones educativas de primaria y secundaria, pueden abrir espacios para que PAM y jóvenes puedan interactuar, de manera positiva brindando un espacio seguro y estructurado para formar un vínculo y que se propicie la inclusión social y la participación de todas las edades, tomando siempre en cuenta que estos espacios deben ser planificados, de manera que fomenten el intercambio intergeneracional.

Por otra parte, para aquellas instituciones que deseen llevar a cabo encuentros intergeneracionales, se les recomienda tomar en consideración que las poblaciones, aunque se encuentren en un mismo rango de edad y compartan ciertas características, son heterogéneas, por lo que siempre es recomendable llevar a cabo un diagnóstico con el fin de conocer las necesidades y gustos de la población con la que se va a trabajar. Así como mantener apertura para poder adaptar las propuestas a las necesidades de las poblaciones participantes.

Se recomienda a las instituciones que trabajan con personas mayores, así como a aquellas que aún no lo hacen, a apoyar a las PAM en su proceso de aprendizaje en temas relacionados con las TIC. Si bien es cierto las personas que participaron en este proyecto contaban con ese apoyo en sus casas, hay muchas otras que no tienen esa misma oportunidad. Por lo que resulta fundamental el diseño e implementación de estrategias para que familiares, comunidades e instituciones apoyen de manera efectiva el uso de las TIC por parte de personas mayores.

Con el fin de disminuir la brecha tecnológica, se hace necesario este apoyo desde otras instituciones como universidades públicas y privadas, e incluso, como fue en este caso, desde los trabajos comunales de colegios y escuelas. Estas aproximaciones se deben plantear desde una perspectiva de derechos humanos, en donde la inclusión digital de las personas mayores les posibilitaría plena participación en la sociedad en que viven.

Para realizar un debido seguimiento del proyecto, se recomienda brindar capacitación a las personas que trabajan en la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza en aspectos de realización de diagnóstico, implementación y evaluación de un proyecto dirigido a PAM, esto con el fin de que se pueda replicar ya desde su propia organización.

También se considera oportuno llevar este proyecto al Ministerio de Educación Pública de Costa Rica (MEP), con el fin de que los encuentros intergeneracionales sean considerados como una opción para las personas adolescentes que deseen realizar su TCU en esta área. Para esto se hace necesaria una alianza de este ministerio con instituciones como bibliotecas, centros diurnos, municipalidades y todas aquellas que brinden espacios y servicios a PAM.

Referencias Bibliográficas

- Acero-Pereira, C., Hidalgo, M. V., y Jiménez, L. (2018). Procesos de aprendizaje adulto en contextos de educación no formal. *Adult Learning Processes in Non-Formal Education Contexts.*, 17(2), 1–164. <http://10.0.43.136/Javeriana.upsy.17-2.paac>
- Aguayo, C., y Nass, L. (2013). Estereotipos sociales como amenaza a la inserción de adultos mayores. Revisión narrativa. *Journal of Oral Research*, 2(3), 145–152.
- Alfaro, N. (2009). *Encuentros intergeneracionales: alternativa para promover y facilitar relaciones interpersonales solidarias de ayuda mutua entre personas adultas mayores y adolescentes*. Universidad de Costa Rica. Sistema de Estudios de Posgrado. San José, Costa Rica.
- Alpizar, I. (2016). Las relaciones intergeneracionales en la construcción de una sociedad para todas las edades. *Revista Nuevo Humanismo*, 4, 41–71. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15359/rmh.4-1.3>
- Alvarado, A. M., y Salazar, Á. M. (2014). Análisis del concepto de envejecimiento. *Gerokomos*, 25(2), 57–62. <https://doi.org/10.4321/s1134-928x2014000200002>
- Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica. (1999). *Ley 7935. Ley Integral para la Persona Adulta Mayor y su Reglamento*. CONAPAM.
- Atchley, R. C. (1989). A Continuity Theory of Normal Aging. *The Gerontologist*, 29(2), 183–190. <https://doi.org/10.1093/geront/29.2.183>
- Benavent, E. (2013). *Espiritualidad y educación social*. Eduoc.
- Bermejo, J. C. (2009). Hacia una salud holística. *Revista Chilena de Endocrinología y Diabetes*, 2(2), 115–116.
- Canedo García, A., Pacheco Sanz, D.-I., García Sánchez, J.-N., y Goncalves-Fernandes, S.-R. (2018). Promoción del vínculo intergeneracional a través de los medios digitales. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2, 130–139.
- Carstensen, L. L., Fung, H. H., y Charles, S. T. (2003). Socioemotional Selectivity

- Theory and the Regulation of Emotion in the Second Half of Life. *Motivation & Emotion*, 27(2), 103–123. <http://10.0.3.255/A:1024569803230>
- Castro-Rojas, M. D. (2018). *Using information and communication technologies to facilitate cognitive activity and social interaction among older Costa Ricans*. Aalborg University.
- Castro Rojas, M. D., Bygholm, A., y Hansen, T. G. B. (2018). Exercising older people's brains in Costa Rica: Design principles for using information and communication technologies for cognitive activity and social interaction. *Educational Gerontology*, 44(2–3), 171–185. <https://doi.org/10.1080/03601277.2018.1433485>
- Celdrán, M., y Serrat, R. (2019). *Participación social y cívica* (pp. 241–262).
- Celdrán, M., y Triadó, C. (2019). Relaciones familiares. In *Desarrollo adulto y envejecimiento* (Segunda Ed, pp. 177–207). Alianza editorial.
- De la Villa, M. (2017). Programas intergeneracionales y participación social: la integración de los adultos mayores españoles y latinoamericanos en la comunidad. *Universitas Psychologica*, 16(1), 40–58. <http://10.0.43.136/Javeriana.upsy16-1.pips>
- Delgado-Acosta, C.-R., Calero-Martín, C.-G., y González-Bencomo, H. (2016). Potencialidad de los espacios públicos abiertos para las relaciones intergeneracionales. Un estudio de caso en la ciudad de Santa Cruz de Tenerife (Canarias, España). *Documents d'Anàlisi Geogràfica*, 62(1), 5. <https://doi.org/10.5565/rev/dag.253>
- Descombe, M. (2010). *The good research guide* (4th Editio). McGraw-Hill/Open University Press.
- Dolores Dagnino, J. A. (2013). PSICOGERONTOLOGÍA. *Avances En Psicología*, 21(2), 233–238.
- Escobar, J., y Bonilla-Jimenez, F. (2009). Grupos focales: Una guía conceptual y metodológica. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 9(1), 51–67.
- Fernández-Ballesteros, R. (2001). Psicología y envejecimiento: retos internacionales en

el siglo XXI. *Psychosocial Intervention*, 10(3), 277–284.

Fernández, E., y Gutiérrez, J. M. (2017). La socialización de los jóvenes interconectados: experimentando la identidad en la sociedad aumentada. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 21(2), 171–190.

<https://www.redalyc.org/pdf/567/56752038010.pdf>

Fernández, L. (2006). ¿Cómo analizar datos Cualitativos? In *Institut de Ciencies de l'Educació. Secció de Recerca* (Issue Ficha 7).

Flick, U. (2007). *Managing Quality in Qualitative Research*. SAGE Publications, Ltd.
<https://doi.org/10.4135/9781849209441>

Freund, A. M., y Baltes, P. B. (1998). Selection, Optimization, and Compensation as Strategies of Life Management: Correlations With... *Psychology & Aging*, 13(4), 531.

Gutiérrez, M., y Hernández, D. (2013). Los beneficios de los programas intergeneracionales desde la perspectiva de los profesionales. *Pedagogía Social*, 21, 213–235. http://10.0.28.11/PSRI_2013.21.9

Havighurst, R. J. (1961). Successful Aging. *The Gerontologist*, 1(1), 8–13.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1093/geront/1.1.8>

Hernández, F. P. (2015). La Tecnología al Servicio de las Personas Adultas Mayores. *Revista Mexicana de Ingeniería Biomédica*, 36(3), 168–170.
<http://10.0.68.80/RMIB.36.3.inv>

Hidalgo, J. (1998). La cosificación en la Gerontología. *Revista Reflexiones. Universidad de Costa Rica*, 69.

Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2011). Estadísticas demográficas. 2011-2050. Proyecciones nacionales. Población total por años quinquenales, según sexo y grupos quinquenales de edades.

Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2014). Población costarricense desacelera su crecimiento | INSTITUTO NACIONAL DE ESTADISTICA Y CENSOS. San José,

- Costa Rica. <http://inec.cr/noticia/poblacion-costarricense-desacelera-su-crecimiento>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2017). Día internacional de las personas de edad. Nuestro mayor legado. <http://www.inec.go.cr/multimedia/dia-internacional-delas%0Apersonas-de-edad-nuestro-mayor-legado>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2017b). ENAHO 2017. Población de 60 años y más por grupos de edad según sexo y tamaño del hogar y otros. San José, Costa Rica. Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2018). Infografía: Nuestro mayor legado. http://www.inec.go.cr/sites/default/files/infografiaspdf/imgadultomayor2809207_0.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2020). *Encuesta Nacional de Hogares*. <http://sistemas.inec.cr:8080/bininec/RpWebEngine.exe/Portal?BASE=ENAHO2020&lang=esp>
- Jara, O. (2012). La sistematización de experiencias, práctica y teoría para otros mundos posibles. (1 edición). Centro de Estudios y Publicaciones Alforja.
- Jara, O. (2018). *La sistematización de experiencias: práctica y teoría para otros mundos posibles*. (1 edición). Centro Internacional de Educación y Desarrollo Humano.
- Kail, R., y Cavanaugh, J. (2011). *Desarrollo Humano Una perspectiva del ciclo vital* (5 edición). Cengage Learning Editores, S.A.
- Kohn, N., Brown, M., & Doron, I. (2019). Building Bridges between Gerontology and Elder Law. *Gerontology*, 65(1), 98–102. <https://doi.org/10.1159/000489883>
- Krauskopf, D. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios. *Adolescencia y Salud*, 1(2), 23–31.
- Láscarez, V., y Vargas, H. (2016). *Programas intergeneracionales desde las bibliotecas públicas que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de las personas adultas mayores mediante actividades lúdico - recreativas: propuesta de un programa intergeneracional para el Sistema Nación* [Universidad de Costa Rica]. <http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/bitstream/123456789/5274/1/40208.pdf>

- León, M., Vega, H., y Corrales, I. (2019). Aprendizajes intergeneracionales para las sustentabilidad ambiental en un programa para mayores en Costa Rica. *V Congreso Iberoamericano Sobre Ambiente y Sustentabilidad*, 9.
https://repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/15032/PONENCIA_EN_EXTENSO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lombardo, E., y Krzemien, D. (2008). La Psicología del curso de vida en el marco de la Psicología del Desarrollo. *Revista Argentina de Sociología*, 6(10), 111–120.
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=fua&AN=33946660&site=ehost-live&scope=site>
- López Gil, K. S., y Peña, S. C. (2020). Escribir para convencer: experiencia de diseño instruccional en contextos digitales de autoaprendizaje. *Escribir Para Convencer: Instructional Design Experience in Digital Contexts of Self-Learning.*, 12(1), 1–22.
<http://10.0.128.102/Ap.v12n1.1807>
- Mendoza-Núñez, V. M., Vivaldo-Martínez, M., y de la Luz Martínez-Maldonado, M. (2018). Modelo comunitario de envejecimiento saludable enmarcado en la resiliencia y la generatividad. *Community Model of Healthy Aging Framed in Resilience and Generativity.*, 56, S110–S119.
- Ministerio de Salud. (2018). *Estrategia Nacional para un Envejecimiento Saludable. Basado en el curso de Vida 2018-2020*. Dirección de Planificación Estratégica y evaluación de las acciones en salud.
- Morales-González, B., Edel-Navarro, R., y Aguirre-Aguilar, G. (2014). Modelo ADDIE (análisis, diseño, desarrollo, implementación y evaluación): Su aplicación en ambientes educativos. In *Los Modelos Tecno-Educativos, revolucionando el aprendizaje del siglo XXI* (pp. 33–46).
- Moreno, P., Martínez, S., y Escarbajal, A. (2018). El impacto educativo de los programas intergeneracionales: un estudio desde la escuela y las diferentes instituciones sociales implicadas. *Revista Iberoamericana de Educación*, 77(2), 31–54.
<https://rieoei.org/RIE/article/view/3158>
- Murayama, Y., Ohba, H., Yasunaga, M., Nonaka, K., Takeuchi, R., Nishi, M., Sakuma,

- N., Uchida, H., Shinkai, S., y Fujiwara, Y. (2015). The effect of intergenerational programs on the mental health of elderly adults. *Aging & Mental Health*, 19(4), 306–314. <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.933309>
- Naciones Unidas. (2003). *Notas de población*. 29(77).
https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/12750/np77035070_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Newman, S., y Sánchez, M. (2007). Los programas intergeneracionales: concepto, historia y modelos. In *Programas intergeneracionales: una sociedad para todas las edades*. (pp. 37–69). Colección Estudios Sociales Obra Social “la Caixa.”
- Noreña, A. L., Alcaraz-Moreno, N., Rojas, J. G., y Rebolledo-Malpica, D. (2012). Applicability of the Criteria of Rigor and Ethics in Qualitative Research. *Aquichan*, 12(3), 263–274. <https://doi.org/10.5294/aqui.2012.12.3.5>
- Noriega, C., Velasco, C., Pérez-Rojo, G., Carretero, I., Chulián, A., y López, J. (2017). Calidad de Vida, Bienestar Psicológico y Valores en Personas Mayores. *Quality of Life, Well-Being and Values in Older People.*, 8(1), 1–13.
<http://10.0.19.229/cc2017a1>
- OEA Organización de Estados Americanos. (2015). Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores.
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud*. OMS.
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf;jsessionid=C47CCF093E48AD90923E4DA1A66CFF9A?sequence=1
- Pérez, V., y Orosa, T. (2014). El Diálogo intergeneracional como generador de calidad de vida en los adultos mayores. *Novedades En Población*, 7(14), 104–120.
<http://www.novpob.uh.cu/index.php/NovPob/article/view/165>
- Pinazo, S. (2012). Las personas mayores proveedoras de conocimientos y cuidados. El papel de los programas intergeneracionales. *Educación Social: Revista de Intervención Socioeducativa*, 45–66.

<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/96349/00920123018201.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pinazo, S., y Sánchez, M. (2005). *Gerontología Actualización, Innovación y Propuestas*. Pearson Educación, S.A.

Real Academia Española. (n.d.). Aconsejar. In *Diccionario de la lengua española*.
<https://dle.rae.es/aconsejar?m=form>

Rendón-Macías, M. E., Villasís-Keever, M. Á., y Miranda-Navales, M. G. (2016). Estadística descriptiva. *Revista Alergia México*, 63(4), 397–407.
<https://doi.org/10.29262/ram.v63i4.230>

Robledo, L. (2016). Los paralogismos de la vejez. *Revista Estudios Del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 4, 125–140.

Sánchez, M., Butts, D., Hatton-Yeo, A., Jarrott, S., Kaplan, M., Martínez, A., Sally Newman, Sacramento Pinazo, Juan Sáez, y Aaron Weintraub. (2007). *Programas intergeneracionales. Hacia una sociedad para todas las edades*. Fundación “La Caixa.” www.laCaixa.es/ObraSocial

Sandoval, C. (2002). *Investigación cualitativa* (ICFES (ed.)).
https://panel.inkuba.com/sites/2/archivos/manual_colombia_cualitativo.pdf

Schaie, K., y Willis, S. (2003). *Psicología de la edad adulta y la vejez*. Pearson Educación, S.A.

Schenke, E., y Pérez, M. I. (2018). Un abordaje teórico de la investigación cualitativa como enfoque metodológico. *Acta Geográfica*, 12(30), 227–233.
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=134672050&site=ehost-live&scope=site>

Tornstam, L. (1989). Gero-transcendence: A reformulation of the disengagement theory. *Aging*, 1(1), 55–66.

Tornstam, L. (2011). Maturing into gerotranscendence. *Journal of Transpersonal Psychology*, 43(2), 166–180.

- Uribe, C., y Dulcey Ruiz, E. (2002). Psicología del ciclo vital: Hacia una visión comprensiva de la vida humana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 34.
- Valdes, M. (1999). *La evaluación de proyectos sociales: Definiciones y tipologías*. 1–13.
http://mapunet.org/documentos/mapuches/evaluacion_proyectos_sociales.pdf
- Villar, F., y Serrat, R. (2015). El envejecimiento como relato: Una invitación a la gerontología narrativa. *Revista Kairós: Gerontología*, 18(2), 9–29.
<https://doi.org/https://doi.org/10.23925/2176-901X.2015v18i2p09-29>

ANEXOS**ANEXO 1****UNIVERSIDAD DE COSTA RICA**

COMITÉ ÉTICO CIENTÍFICO

Teléfono/Fax: (506) 2511-4201

Programa de Posgrado en Gerontología

Maestría Profesional en Gerontología

FORMULARIO PARA EL CONSENTIMIENTO INFORMADO

Encuentros intergeneracionales: intercambio de experiencias entre personas adultas mayores y jóvenes.Nombre de la estudiante: Ivannia Fonseca Céspedes

Nombre del/la participante: _____

Medios para contactar a la/al participante: números de teléfono _____

Correo electrónico _____

Contacto a través de otra persona _____

A. PROPÓSITO DEL PROYECTO

El proyecto actual es parte de la Maestría Profesional en Gerontología de la Universidad de Costa Rica, corresponde a un Trabajo Final de Investigación Aplicada y estará a cargo de la estudiante Ivannia Fonseca Céspedes.

La fuente de financiamiento para este proyecto serán recursos propios de la estudiante, en caso de ser necesario también se solicitará colaboración a la Universidad. El objetivo de este trabajo es desarrollar un programa de encuentros intergeneracionales en la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza, con el fin de que las personas adultas mayores y jóvenes participantes tengan la oportunidad de intercambiar experiencias. Participarán en este estudio un aproximado de 10 personas adultas mayores y 10 jóvenes del colegio COTEPECOS.

B. ¿QUÉ SE HARÁ?

El trabajo de investigación se llevará a cabo siguiendo las etapas de diagnóstico, diseño, implementación y evaluación, para posteriormente realizar una presentación académica de todo el proceso.

Dentro de las actividades que se llevarán a cabo en las distintas etapas se contemplan conversatorios, talleres para el intercambio de experiencias y una feria intergeneracional, por medio de la cual se expondrá el trabajo que ambas poblaciones realizarán en conjunto.

La duración será de alrededor de 6 sesiones de aproximadamente 60 minutos por sesión y el horario será a convenir. Estas sesiones se llevarán a cabo en las instalaciones de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y en el COTEPECOS.

Durante las sesiones, la facilitadora tomará notas, también se grabará audio y eventualmente se tomarán fotografías. Una vez finalizada el trabajo de investigación, todo el material será destruido.

Posterior a la finalización del programa intergeneracional, la facilitadora realizará una devolución de los resultados tanto al COTEPECOS como a la directora de la Biblioteca Tulio Perlaza.

C. RIESGOS

Su participación en este trabajo de investigación no representa ningún riesgo para su salud física ni mental.

En caso de que usted como participante sienta alguna molestia o desacuerdo, se lo puede hacer saber a la facilitadora para tomar las medidas que sean necesarias.

D. BENEFICIOS

Usted no recibirá ningún tipo de retribución o beneficio directo. Sin embargo, se puede ver beneficiada a nivel personal, con un sentimiento de satisfacción por realizar un aporte a la sociedad y quizá se propicie de manera indirecta que este tipo de programas se sigan desarrollando en la comunidad.

Cabe reiterar además que, al finalizar el proceso, la facilitadora se compromete a realizar una devolución de los resultados.

E. VOLUNTARIEDAD

La participación en esta investigación es voluntaria, la persona puede negarse a participar o retirarse en cualquier momento sin que esto implique algún tipo de castigo.

F. CONFIDENCIALIDAD

La facilitadora de este proyecto se compromete a realizar un manejo responsable de los datos. Una vez que el proceso haya finalizado y la estudiante cumpla con los requisitos de su graduación, así como la publicación de los resultados de este trabajo, la información será destruida, es decir, eliminada de todos los dispositivos.

Su participación en este proyecto es anónima.

Durante el proceso de trabajo, profesores de la Universidad de Costa Rica revisarán los registros de la estudiante, es decir, estos y estas profesionales tendrán acceso a la información. Por su parte, los y las participantes podrán acceder a la información cuando esta sea publicada, se les informará de esto por medio del contacto de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza.

G. INFORMACIÓN

Antes de dar su autorización puede hablar con la profesional responsable de la investigación, quien debe haber contestado satisfactoriamente todas sus preguntas acerca del estudio y de sus derechos. Si quisiera más información más adelante, puede obtenerla llamando a Ivannia Fonseca Céspedes, al teléfono 8874-8076 en el horario de lunes a viernes, a partir de las 8 am y antes de las 6 pm. Si lo considera necesario también se pueden comunicar durante el fin de semana. Además, puede consultar sobre los derechos de los sujetos participantes en proyectos de investigación al Consejo Nacional de Salud del Ministerio de Salud (CONIS), teléfonos 2257-7821 extensión 119, de lunes a viernes de 8 a.m. a 4 p.m. Cualquier consulta adicional puede comunicarse con la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica **a los teléfonos 2511-4201, 2511-1398**, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

Este proyecto es parte de la Maestría Profesional de Gerontología, usted puede comunicarse con este posgrado por medio del teléfono 2511-4773.

- H.** Las y los participantes NO perderán ningún derecho por firmar este documento y recibirán una copia de esta fórmula firmada para su uso personal.

CONSENTIMIENTO

He leído o se me ha leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, declaro que entiendo de qué trata el proyecto, las condiciones de mi participación y accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio.

***Este documento debe de ser autorizado en todas las hojas mediante la firma, (o en su defecto con la huella digital), de la persona que será participante o de su representante legal.**

Nombre, firma y cédula de la persona participante

Lugar, fecha y hora

Nombre, firma y cédula del padre/madre/representante legal (menores de edad)

Lugar, fecha y hora

Nombre, firma y cédula de la estudiante que solicita el consentimiento

Lugar, fecha y hora

Nombre, firma y cédula del/la testigo

Lugar, fecha y hora

ANEXO 2**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA**

COMITÉ ÉTICO CIENTÍFICO

Teléfono/Fax: (506) 2511-4201

Programa de Posgrado en Gerontología

Maestría Profesional en Gerontología

FORMULARIO PARA EL ASENTIMIENTO INFORMADO**(participantes mayores de 12 y menores de 18 años)****Encuentros intergeneracionales: intercambio de experiencias entre personas adultas
mayores y jóvenes.**Nombre de la Estudiante: Ivannia Fonseca Céspedes

Nombre del/la participante: _____

Medios para contactar a la/al participante: números de teléfono _____

Correo electrónico _____

Contacto a través de otra persona _____

Hola, mi nombre es Ivannia Fonseca Céspedes soy estudiante de la Universidad de Costa Rica y estoy haciendo un estudio sobre Encuentros intergeneracionales: intercambio de experiencias entre personas adultas mayores y jóvenes.

Quiero hablar con usted sobre:

- El objetivo de mi estudio, el cual consiste en: Desarrollar un programa de encuentros intergeneracionales en la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza, con el fin de que las personas adultas mayores y jóvenes participantes tengan la oportunidad de intercambiar experiencias.
- La posibilidad de su participación en este proyecto.

Cuando nos reunamos, también va a estar presente una persona en calidad de asistente, con el fin de que colabore con la recolección de los datos.

Es importante que usted sepa que grabaré o filmaré las sesiones y actividades. Tanto durante el proceso como una vez finalizado el proyecto, la información se va a guardar con los más estrictos estándares de seguridad.

Cuando nos reunamos haremos lo siguiente: en la primera y única sesión que se realiza este año haremos un grupo focal, con el fin de planear el trabajo para el próximo año. Ya en el próximo semestre universitario, nos reuniremos para trabajar con las personas adultas mayores y de esta forma llevar a cabo los encuentros intergeneracionales. Nos reuniríamos en el colegio y si es posible también en la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza. Para el

próximo año aún no se definen las fechas, sin embargo, se espera que sean alrededor de 6 sesiones durante un tiempo aproximado de 60 minutos cada sesión.

Las respuestas que usted me brinde se manejarán de manera confidencial.

Por favor indicar si está de acuerdo en participar en este estudio

Sí No

Si acepta participar, usted contestará por su propia voluntad las preguntas que se le hagan.

Si necesita más información sobre este estudio, puedes obtenerla llamando a Ivannia Fonseca Céspedes al número de teléfono 8874-8076, cualquier día entre semana a partir de las 8:00 am y antes de las 6:00 pm. También puede hacer consultas adicionales en la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica al teléfono 2511-4201, de lunes a viernes de 8 am a 5 pm, o bien en la Maestría Profesional de Gerontología, por medio del teléfono 2511-4773.

| | | |
|------------------------------|-------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
| Nombre del o la participante | Firma | Fecha |

| | | |
|--------------------|----------------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
| Nombre del Testigo | Cédula y firma | Fecha |

| | | |
|----------------------------|----------------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
| Nombre del o la estudiante | Cédula y firma | Fecha |

ANEXO 3

Sesión diagnóstica de la Investigación: Preguntas para dirigir un grupo focal

Objetivo: Explorar las necesidades de las personas participantes en los encuentros intergeneracionales.

Preguntas generadoras para personas adultas mayores:

- Ψ Si hablamos sobre dejar un legado, ¿cuál es el que más le gustaría dejar?
- Ψ ¿Cómo puede describir su relación con personas más jóvenes? Por ejemplo con jóvenes de 15 años.
- Ψ ¿De qué formas concretas podríamos transmitir ese legado, a personas de alrededor de 15 años?
- Ψ ¿Qué opina sobre la idea de aprender algo de adolescentes?
- Ψ ¿Qué actividades en conjunto le gustaría trabajar con la población joven?

Preguntas generadoras para la población joven:

- Ψ ¿Cómo puede describir su relación con las personas adultas mayores?
- Ψ ¿Cuáles trabajos consideran que pueden realizar en conjunto con las PAM?
- Ψ ¿Cuáles cosas creen ustedes que sería bueno que las PAM aprendan de ustedes? Algo que de repente les sorprenda que ustedes le pueden enseñar.
- Ψ ¿¿Cuáles cree que podrían ser habilidades que las PAM le pueden enseñar?
- Ψ ¿Cómo podrían trabajar en conjunto con la población adulta mayor?

Con ambos grupos se cerraría la sesión haciendo una invitación y motivación a participar en el proyecto, recalando lo importante que es escuchar a todas las personas, ya que no importa la edad, todos tenemos algo que decir y sobre todo qué aportar. Se acordaría la fecha para la reunión que se tendrá en conjunto para planear los encuentros intergeneracionales.

ANEXO 4**Instrumento de evaluación del proceso**

Estimado(a) participante.

Primero extendiendo un sincero agradecimiento por haber llegado a la parte final de este proceso de encuentros intergeneracionales: intercambio de experiencias entre personas adultas mayores de la Biblioteca Municipal Tulio Perlaza y estudiantes del COTEPECOS.

A continuación, se le plantean una serie de preguntas las cuales deberá responder marcando con una “X” la casilla que mejor se ajuste a su pensar y sentir.

| | Completamente de acuerdo | De acuerdo | En desacuerdo | Completamente en desacuerdo |
|--|---------------------------------|-------------------|----------------------|------------------------------------|
| ¿Considera que los contenidos abordados en las sesiones fueron apropiados? | | | | |
| ¿Considera que puede integrar espacios lúdicos a su vida utilizando la tecnología? | | | | |
| ¿Se sintió respetado(a) y valorado (a) en todo momento? | | | | |
| ¿Considera que tuvo la oportunidad de aprender algo nuevo? | | | | |
| ¿Considera que adquirió un aprendizaje que puede aplicarlo a la vida? | | | | |
| ¿Considera que el manejo del proyecto por parte de la facilitadora (Ivannia) fue adecuado (por ejemplo si el número de sesiones, el tiempo dedicado a cada sesión y las actividades fueron adecuadas)? | | | | |
| ¿Se siente satisfecho(a) con el producto final entregado? | | | | |
| ¿Se siente satisfecho(a) con el producto final recibido? | | | | |
| ¿Considera que tener contacto con la población adolescente/mayor fue enriquecedor? | | | | |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| En el futuro me gustaría tener más contacto con personas adolescentes. | | | | |
|--|--|--|--|--|

Si desea realizar un comentario adicional, lo puede hacer en este espacio:

Considera que el contacto con personas mayores/adolescentes fue:

Existen algunas creencias que antes tenía y que cambiaron con estos encuentros intergeneracionales. ¿Cuáles?

¿Qué beneficios obtuvo al participar en este proyecto?

¿Considera que la tecnología facilitó el proceso o más bien lo considera como una limitación? Por favor explique: _____

En caso de que se desarrolle otro proyecto como este en el futuro, ¿cuáles serían sus recomendaciones para mejorarlo?
